DER RATHGEBER VOR, BEI UND NACH DEM BADEN

Johann Christian Meyer

Digitized by Google

Staatl. Bibliothek
Regensburg

Med. 856

Digitized by Google

Med. 856
III.
338.

Digitized by Google

Der Rathgeber

vor, bei und nach dem Baden,

oder

Anweiſung

zu einer zweckmäßigen Benutzung aller Arten von Bädern.

Zum Gebrauch für Geſunde und Kranke, welche ſowohl zu Hauſe als an öffentlichen Badeorten die Vortheile des Bades genießen wollen.

Von

D. J. C. Meyer.

Pirna,
bei Carl Auguſt Frieſe.

[ca. 1800]

Digitized by Google

Digitized by Google

Vorrede.

Indem ich meiner Abſicht nachkomme, dem Laien ein kleines Werkchen in die Hände zu geben, in welchem er über die vorzüglichſten, den Gebrauch der Bäder und Geſundbrunnen betreffenden; Gegenſtände die ihm beſonders nöthige und nützliche Belehrung finden könne, ſchmeichele ich mir beſonders einige, bei einem großen Theile des Publikums noch ſehr feſt haftende, auf Mangel an richtigen Begriffen ſich gründende, Vorurtheile zu überwinden. Auf dieſe Art hoffe ich praktiſchen Aerzten hier und da den Weg zu bahnen, der Menſchheit zum Vortheil, den Gebrauch der Bäder allgemeiner zu verbreiten.

Die engen Gränzen, welche ich dieſem Werkchen ſetzen wollte, um nicht durch eine koſtſpielige Weitläuf-

Digitized by Google

tigkeit das Gemeinnützige zu verhindern, veranlaßten mich, über manche Dinge zu ſchweigen, welche allerdings in eine Abhandlung über Bäder gehören. Ich bitte darauf Rückſicht zu nehmen, daß ich für den Laien, nicht für den Arzt geſchrieben, und dann zu urtheilen, ob es, meiner Abſicht gemäß, eben die dem Laien am wenigſten wiſſenswerthen Dinge ſind, welche ich unberührt gelaſſen. Hierauf berufe ich mich auch dann, wenn man mir vorwerfen wird, daß ich nichts Neues, und blos alte ausgemachte Dinge ohne Rückſicht auf Theorie gelehrt habe. Dem Laien konnte ich keine neuern, und durch die Erfahrung noch nicht den Werth der Wahrheit erlangten Meinungen zur Beurtheilung vorlegen. Meine Abſicht war blos, Dinge zu lehren, von denen die Erfahrung den Grund des Zweifels bereits entfernt hatte.

Digitized by Google

Erſtes Kapitel.

Vom Bade und ſeinem Nutzen im Allgemeinen.

Die geſammte Bedeckung des menſchlichen Körpers, die Haut, iſt ein Organ, welches mehr Aufmerkſamkeit verdient, als es Manchem wohl ſcheinen mag. Es ſind dieſem Werkzeuge Geſchäfte von der Natur aufgetragen, welche von dem größten Einfluß auf die ganze thieriſche Oekonomie ſind, bei denen es ſich nicht ohne Nachtheil für die Geſundheit des ganzen Körpers ſtören läßt, und durch welche, nachdem ſie zur gehörigen Zeit beſchleunigt oder gemäßiget werden, ſehr viel für die Wiederherſtellung der Geſundheit gethan werden kann.

Es iſt die geſammte Oberfläche der Haut mit unzähligen kleinen Oeffnungen verſehen, durch welche ſie eine Menge zarter Feuchtigkeiten aus dem Körper hinwegſchafft, welche nicht ohne Nachtheil für die Geſundheit zurückbleiben würden. Es

Digitized by Google

giebt wieder eben ſo viel Mündungen einſaugender Gefäßchen auf ihrer Oberfläche, welche eine Menge feiner, nützlicher und heilſamer Theilchen aus denen ſie umgebenden Stoffen einſaugen und der übrigen Maſſe der Säfte in dem Körper beimiſchen ſollen. Endlich iſt noch die ganze Haut als die Endfläche der letzten Zeräſtelung des ganzen Nervenſyſtems zu betrachten, welches ſich in ihr den geſammten Einwirkungen aller äußeren Umgebungen preißgiebt, und durch ſie von den angenehmen ſowohl als unangenehmen Eindrücken und Reizen Nachricht erhält.

Mit Einem Worte, es iſt die Haut ein Theil des menſchlichen Körpers, welcher ſowohl im geſunden Zuſtande, als auch bei allen Krankheiten, eine bedeutende Rolle ſpielt. Einer Menge Uebel können wir dadurch vorbeugen, daß wir die Thätigkeit der Haut immer im gehörigen Stande zu erhalten ſuchen. Eben ſo viele Uebel werden dadurch geheilt, daß wir die Thätigkeit dieſes Werkzeugs wieder herzuſtellen ſuchen, wenn ſie unterdrückt war, oder auch nach Beſchaffenheit der Umſtände widergewöhnlich zu vermehren ſuchen. In ſehr vielen Krankheiten geben die einſaugenden Gefäßchen der Haut einen ſehr geſchickten Weg ab, heilſame Arzneien in den Körper zu brin-

Digitized by Google

gen, und auf dieſe Art der Natur ſehr vortheilhaft zu Hülfe zu kommen. Sodann bietet die Haut auch dadurch, daß ſie gleichſam die Oberfläche des ganzen Nervenſyſtems in ſich faßt, uns ſehr erwünſchte und ſchickliche Gelegenheit dar, heilſame Reize durch ſie auf dieſes wirken zu laſſen, und in manchen Fällen beſſer und ſchneller zu Rande zu kommen, als es durch anhaltenderen und häufigeren inneren Gebrauch von Arzneimitteln vielleicht hätte geſchehen können.

Es giebt keinen beſſeren und zweckmäßigeren Weg, auf die geſammte Bedeckung des ganzen menſchlichen Körpers zu wirken, als das Bad. Die ganze Oberfläche des Körpers iſt hier gleichförmig von den Materien umgeben, durch welche wir darauf wirken wollen. Es können die geſammten einſaugenden Gefäßchen, unter gleicher Temperatur, mit einer gleichmäßigen Menge heilſamer Stoffe in Berührung geſetzt werden, von denen wir wünſchen, daß ſich dem Körper etwas mittheilen möge, und die ganze Endoberfläche des Nervenſyſtems empfindet die Wirkung des dadurch geſchaffenen Reizes. Es wäre ſehr zu wünſchen, daß in unſeren Gegenden das Bad nicht nur als Heilmittel, ſondern auch als Erhaltungsmittel der Geſundheit mehr eingeführt, und nicht nur auf beſondere Bade-

Digitized by Google

plätze eingeſchränkt würde, wo nur Wohlhabende dieſe Vortheile genießen können. Schon bei den älteſten Völkern hören wir die Heilkräfte des Bades rühmen; bei den Griechen und Römern erhob es ſich mit der ſteigenden Cultur zu einem der allgemeinverbreiteteſten Gegenſtände des Luxus.

Das ganz einfache lautere Bad, von ungemiſchtem reinem Waſſer, welches durch ſeine Temperatur dem Körper bei der Berührung nur das Gefühl einer angenehmen Erwärmung giebt, deſſen Wärmegrad unter dem des Blutes iſt, kann für Jedermann als ein vorzügliches Mittel zur Erhaltung der Geſundheit angeprieſen werden, und iſt in mehreren Uebeln als ein treffliches Beförderungsmittel der Heilung zu empfehlen. Erſtlich wird es nützlich als Reinigungsmittel der Haut: die einſaugenden und abſondernden Oeffnungen, welche durch Schweiß und Fetttheilchen häufig verſtopft werden, öffnen ſich wieder, und können ihren von der Natur ihnen angewieſenen Verrichtungen wieder gehörig vorſtehen. Die einſaugenden Gefäßchen nehmen von den Flüſſigkeiten etwas in ſich und tränken den Körper; wir bemerken, daß, wenn wir durſtig in das Bad ſteigen, wir es geſättigt verlaſſen. Vorzüglich verdient der angenehme Reiz Aufmerkſamkeit, den das Bad über den ganzen

Digitized by Google

Körper verbreitet, welcher es ſo häufig zu einem Gegenſtande des Luxus gemacht hat; ein Gegenſtand des Luxus, von dem gewiß zu wünſchen wäre, daß er ſo manchen andern nachtheiligern verdrängte. Ein Wohlbehagen, das ſich über den ganzen Körper verbreitet, wenn wir in ein ſolches Bad ſteigen, ſchmeichelt unſeren Sinnen nicht nur während des Aufenthaltes im Bade, es bleibt uns noch lange nachher eine angenehme Heiterkeit mit dem Gefühl von mehrerer Kraft und Stärke; es iſt als wenn der Genuß eines köſtlichen Weins alle unſere Lebensgeiſter erweckt hätte, wir erſcheinen zu jeder Freude, zu jedem Lebensgenuß aufgelegter. Aber dieſe Stimmung iſt dauerhafter, es folgt ihr nicht jene Abſpannung und Ermattung nach, wie jener, welche durch geiſtige Getränke veranlaßt wurde; ein gutes Zeichen ihres Vortheils für die Geſundheit.

Was den Vortheil des Bades anlangt, daß es die Reinlichkeit der Haut bewirkt, ſo iſt es beſonders denen um ſo häufiger anzurathen, welche ſich mit ſolchen Arbeiten beſchäftigen, bei denen ihre Haut viel mit feinem Staub oder Schmuz bedeckt wird, oder bei denen ſie viel ſchwitzen; ja man kann es ihnen als das einzig ſichere Mittel empfehlen, ſolche Arten der Beſchäftigung unſchädlich zu machen, und die Dauer der Ge-

Digitized by Google

ſundheit bei ihnen zu erhalten. Den Gelehrten und allen denen, welche ſich die mehreſte Zeit in Stuben aufhalten müſſen, iſt es ſehr als ein Belebungs- und Erfriſchungs-Mittel für die Haut anzuempfehlen. Es hat die immer mehr oder weniger unreine, verdorbene Stubenluft die nachtheilige Wirkung auf die Haut, daß ſie ſelbige erſchlafft und ungeſchickt macht, die ihr von der Natur aufgetragenen Geſchäfte gehörig zu verrichten. Es hat dieſes viel Schuld an der mangelhaften Geſundheit derer, welche ihre Beſchäftigung für die meiſte Lebenszeit an ihre Stube feſſelt, und es würde nicht leicht ein Mittel ſeyn, welches dem Hautſyſtem einen beſſeren Erſatz für den entbehrten Reiz der reinen friſchen Luft gäbe, als das Bad. Denen, welche einen trockenen hageren Körper mit ſchwarzgalligem melancholiſchem Temperamente vereinigen, iſt das öftere Baden ganz vorzüglich zur Verhütung aller der Uebel anzurathen, welche Leute von dieſer Körperconſtitution gewöhnlich in ſpäterem Alter befallen. Es ſind dieſe Leute, welche bei ihrem trockenen hageren Körper von ſtarken feſten Knochen und Muskelbau, ſich immer durch ſchwarze Haare, ſchwarze Augen, dunklere Geſichtsfarbe und finſteren Blick

Digitized by Google

auszeichnen, in ihren jüngeren Jahren meiſtens mit unruhigen Träumen geplagt, welche ihnen den Schlaf rauben, ſie leiden häufig an Kopfſchmerzen und zu gewiſſen Zeiten ohne Veranlaſſung ſich einfindendem Hange zur Traurigkeit, oder der auch bisweilen durch den Genuß erhitzender Dinge veranlaßt wird, als den des Kaffees vorzüglich, und ſtarkgewürzter Nahrungsmittel. Man räth ihnen gewöhnlich viel verdünnendes kühlendes Getränke, und andere ſo genannte blutverdünnende Mittel an, um der in der Folge ſich meiſtens mehr entwickelnden Hypochondrie, dem oft im mittlern Alter peinlich werdenden Kopfſchmerze, und den für die ſpäteren Jahre ſelten ausbleibenden Anfällen von der güldenen Ader vorzubeugen. Wir empfehlen allen ſolchen Leuten das öftere laue Bad als eines der beſten Mittel, welches wir für ſie kennen, und verſichern in ſolchen Fällen, auch wenn eben erwähnte Uebel ſchon in ziemlichem Grade vorhanden waren, nie nachtheilige Folgen, wohl aber beträchtlichen und vielfältigen Nutzen davon geſehen zu haben.

Bei vielen langwierigen Krankheiten ſind die Vorzüge des Bades längſt allgemein anerkannt, beſonders des zu-

ſammengeſetzten und mit mancherlei heilſamen Stoffen geſchwängerten Bades, theils wie es die Natur in vielen bekannten Badequellen ſelbſt giebt, theils wie es der Arzt nach den beſonderen Umſtänden dienlich, durch die Kunſt bereiten läßt. Bei langwierigen Hautausſchlägen, als Krätze, Flechten u. ſ. w. wird das laue Bad allgemein empfohlen, und wie die tägliche Erfahrung lehrt, mit dem beſten Erfolge. Alle mit ſolchen Krankheiten Behaftete werden bei dem übrigen Gebrauche ſchicklicher Mittel mit großem Vortheile täglich ein lauwarmes Bad nehmen; wohl aber ſind ihnen ganz vorzüglich die Vorſichtsregeln anzuempfehlen, von denen ich in der Folge ſprechen werde. Bei rheumatiſchen, gichtiſchen Perſonen iſt das laue Bad eines der vorzüglichſten Heilmittel; desgleichen bei den mehreſten langwierigen Nervenzufällen, als Zittern, Schwäche und Lähmung der Glieder, allerlei krampfhaften ſchmerzhaften Zufällen im Unterleibe, bei Kopfſchmerzen, Schwindel, Ohrenbrauſen, Flimmern vor den Augen, welche zu gewiſſen Zeiten wiederkehren. Bei mehreren Arten der Abmagerung und Auszehrung, beſonders der Kinder, iſt ein öfteres laues Baden eines der heilſamſten Mittel. Bei mehreren Kin-

Digitized by Google

derkrankheiten iſt das Bad oft unumgänglich nothwendig, wenn Heilung bewirkt werden ſoll, nicht nur bei der eben erwähnten Abmagerung, auch bei der engliſchen Krankheit, oder dem Zweiwuchſe, bei der Drüſenkrankheit, und ganz vorzüglich bei den krampfhaften Zuckungen oder dem ſo genannten Jammer der Kinder. Ueberhaupt iſt bei Kindern das Bad, ſchon wegen der dadurch bewirkten Reinlichkeit, ein treffliches Mittel zur Erhaltung ihrer Geſundheit. Auch in mehreren hitzigen Krankheiten iſt der Werth des Bades anerkannt und berühmt, z. B. in mehreren Arten der Nervenfieber, bei den Kinderblattern *). Es wäre ſehr zu wünſchen, daß auch für dieſen Theil der Heilkunſt ſein Gebrauch häufiger und gemeinnütziger werden möchte, als bisher geſchehen, und daß es verſtändigen Aerzten gelingen möchte, eine Menge Vorurtheile zu beſiegen, welche ſeiner allgemeinen Einführung noch im Wege ſtehen. Es geht aber hier wie mit vielen Dingen in der Heilkunde, die unmaßgebliche Meinung des Pfuſchers und Quackſalbers hat gläubigere und andächtigere Ohren, als die Stimme

*) Marcard, über die Natur und den Gebrauch der Bäder, S. 163 und folgende.

Digitized by Google

des bewährteſten Arztes, und die nimmer ermüdende Zunge des alten Weibes genießt mehr Glauben, als die geſunde Vernunft.

Die Verſchiedenheiten des Bades beruhen erſtlich auf ſeiner verſchiedenen Temperatur, ſodann auf den verſchiedenen ihm beigemiſchten Beſtandtheilen, und endlich auf der verſchiedenen Art, wie es angewendet wird.

Die dem Bade beigemiſchten Beſtandtheile ſowohl, als ſeine verſchiedene Temperatur der Wärme und Kälte, hat es entweder durch die Verfügungen der Natur oder der Kunſt. Diejenigen Beſtandtheile, mit denen uns die Natur das Waſſer verſchwängert darbietet, ſind Stoffe aus dem Mineralreiche, welche das Waſſer unter gewiſſen Bedingungen auflöſen und mit ſich vermiſcht wegführen kann, wenn es durch dergleichen Mineralſtoffe haltende Erdſchichten fließt. Oft gehen ſolche Quellen durch oder über entzündete Lagen von brennbaren mineraliſchen Stoffen, und dann ſehen wir ſie beträchtlich erhitzt, oft völlig kochend entſpringen; es giebt mehrere ſolcher Quellen, welche einen ſo hohen Grad der Hitze beſitzen, daß Eier hinein gehalten ſogleich hart darinne ſieden, oder auch Fleiſch

Digitized by Google

in kurzer Zeit darinne weich kocht. Die Stoffe, mit denen man die Mineralwaſſer geſchwängert findet, ſind verſchiedene Salze, Eiſentheile, Schwefeltheile, mehrere Erdarten und Luftarten. Die Salze, welche man darinnen aufgelöſt findet, ſind: 1) Bitterſalz, ein Mittelſalz, welches aus einer Erdart, der Bittererde, und der Vitriol, oder Schwefelſäure beſteht; 2) Salpeter, ein bekanntes Salz, aus der Salpeterſäure und dem Pflanzenlaugenſalze zuſammengeſetzt; 3) das gewöhnliche Kochſalz, welches aus der Kochſalzſäure und dem mineraliſchen Laugenſalze beſteht; 4) mineraliſches Laugenſalz. Die Erdarten, welche man darinnen findet, ſind: Kalkerde, Thonerde und Bittererde.

Die Stahlwaſſer findet man nie rein ſtahlhaltig, ſie enthalten erſtlich allemal ſolche Stoffe, welche das Waſſer geſchickt machen, eine gehörige Menge Eiſentheilchen in ſich aufgelöſt zu halten; ſodann enthalten auch die mehreſten noch eine Menge der verſchiedenen oben angeführten Mittelſalze. Es gehören dieſe Stahlwaſſer zu einer der größten Wohlthaten für die durch Krankheit leidende Menſchheit, und es ſind mehrere von der Natur uns geſchenkte Quellen dieſer Art von einer durch häufige Erfahrung ſo

bewährten Nützlichkeit und Heilkraft, daß für mehrere Krankheiten keine noch bekannte Kunſt uns etwas ſo Zweckmäßiges und Wohlthätiges darbietet. Es iſt beſonders die genaue und feine Auflöſung der feinſten Eiſentheilchen, was dieſen uns von der Natur gegebenen eiſenhaltigen Waſſern ihre Vorzüge vor allen anderen Stahlmitteln giebt, und was ſie zum äußerlichen Gebrauch, als Bäder ſo wohl wie auch zum innerlichen, als Brunnen, ſo wirkſam macht.

Die Schwefeltheile, welche wir in den Mineralwaſſern finden, ſind mittelſt alkaliſcher Salze, oder einer nachher zu erwähnenden Luftart, in dem Waſſer aufgelöſt. Es gehören dieſe Schwefelbäder mit zu den vorzüglichſten und wirkſamſten gegen eine Menge alter eingewurzelter Uebel, wovon nachher die Rede ſeyn wird, wenn wir von den Mineralquellen und ihrer Anwendung insbeſondere ſprechen. Die Luftarten, welche wir beſonders in den Mineralquellen auffinden, ſind die Luftſäure, Lebensluft, oder Sauerſtoffgas und das Waſſerſtoffgas. Die Luftſäure, fixe Luft, oder Waſſergeiſt, wie ſie beſonders in Bädern genannt wird, iſt das, wodurch die Mineralquellen ihr Prikeln und Muſiren

Digitized by Google

haben, und was ihnen beſonders ihren geiſtigen, ſäuerli=chen und erfriſchenden Geſchmack giebt, wie z. B. bei dem allgemein beliebten Selterwaſſer. Sie iſt ſchon an und für ſich äußerlich, als Bad angewendet, nicht weniger als in=nerlich, im Brunnen, ein bewährtes Heilmittel in mehre=ren Arten von Krankheiten. Einer der vorzüglichſten Vor=theile aber, den ſie als Beſtandtheil der Stahlwaſſer ge=währt, iſt dieſer, daß ſie das feinſte und beſte Mittel ab=giebt, die Eiſentheilchen aufgelöſt darinne zu halten. Es iſt dieſe Art der Auflöſung des Eiſens die allervorzüglich=ſte, wenn es als Heilmittel wirkſam werden ſoll, in wel=cher es ſowohl innerlich genommen, die wenigſten Beſchwer=den verurſacht, und am leichteſten vertragen wird, als auch äußerlich als Bad am wirkſamſten iſt. Die andere Luft=art, das Waſſerſtoffgas, oder brennbare Luft, dient, ſo wie die Luftſäure zur Auflöſung des Eiſens, zu einem ſehr zweck=mäßigen und feinen Auflöſungsmittel des Schwefels, und bildet in ſeiner Verbindung eine neue Luftart, welche man Schwefelleberluft, oder geſchwefeltes Waſſerſtoffgas nennt, welche einen eigenen Dunſtkreis um alle ſolche Schwefel=quellen bildet, der ſehr auffallend durch ſeinen Geruch wie

faule Eier, und durch die Eigenſchaft iſt, daß er Metalle ſchwarz anlaufen macht.

Die Abſicht, welche wir haben, wenn wir durch Hülfe der Kunſt das zum Baden beſtimmte Waſſer mit verſchiedenartigen Beſtandtheilen miſchen, iſt erſtlich, die bewährten nützlichen Miſchungen, welche uns die Natur in verſchiedenen Mineralbädern gegeben hat, nachzuahmen, und auch denen dadurch Nutzen zu ſchaffen, denen ihre Umſtände es nicht erlauben, jene Bäder ſelbſt zu beſuchen; zweitens, nach Maßgabe der verſchiedenen kränklichen Körperbeſchaffenheiten, auch durch das Bad die nützlichen Arzeneien auf den Körper einwirken zu laſſen.

Durch den hohen Grad der Vollkommenheit, den die Chemie in unſeren Zeiten erlangt hat, kennen wir die Beſtandtheile der vorzüglichſten Mineralbäder ziemlich genau, und ſind zu der Kunſt gelangt, durch willkührliche Miſchung dieſer Beſtandtheile, einige derſelben ziemlich gut nachzuahmen. Noch weit größere Vorzüge aber hat die Kunſt, eigene mit Arzneimitteln geſchwängerte Bäder hervorzubringen, ſo wie ſie der Arzt nach Maßgabe der eigenen kränklichen Beſchaffenheit eines jeden Einzelnen für dienlich findet.

Digitized by Google

Die Materien, durch deren Vermiſchung mit dem Waſſer man künſtliche Bäder bereitet, ſind ſowohl aus dem Thier- und Pflanzenreiche, als dem Mineralreiche. Bäder von Milch und Fleiſchbrühen ſind bei Kindern, welche an der Abmagerung leiden, längſt als ein treffliches, die Ernährung beförderndes Mittel angewendet worden, und haben nicht minder bei ſchwachen Kranken eines ſpäteren Alters, die trefflichſten Dienſte geleiſtet. Eine Menge Stoffe aus dem Pflanzenreiche werden ihrer ernährenden, reizenden, nervenſtärkenden, die Stärke der feſten vermehrenden, ihrer krampfſtillenden, oder die Ausdünſtung und Urinabgang befördernden Kraft wegen, dem Badewaſſer, nach Maßgabe der jedesmaligen Körperbeſchaffenheit, beigemiſcht. Es gehören dahin die Abkochungen und Aufgüſſe einer Menge von Kräutern, Wurzeln, Hölzern, Rinden und Samen, die geiſtigen, öligten, ſauren und harzigen Produkte des Pflanzenreichs. Aus dem Mineralreiche ſind außer denen oben bei den natürlichen Mineralbädern ſchon erwähnten Stoffen, noch verſchiedene mit großem Vortheil für die Wiederherſtellung der Geſundheit angewendet worden, mit denen uns die Natur kein Waſſer geſchwängert gegeben hat; oder wenigſtens nicht in einer ſo dienlichen und nützlichen Form. Da-

Digitized by Google

hin gehören die längſt als nützlich und bewährt bekannten Schlackenbäder, und mehrere andere, von denen weiter unten ein Mehreres geſagt werden wird, wo von ihrer Zubereitung zu ſprechen iſt.

Noch iſt hier etwas zu ſagen über die verſchiedenen Arten der Anwendung des Bades. Hat man die Abſicht, das Bad mit ſeinen Beſtandtheilen auf alle Theile des Körpers wirken zu laſſen; ſo nimmt man ganze Bäder, wo der ganze Körper bis an den Hals mit Waſſer umgeben iſt. Hat man aber die Abſicht, nur auf einzelne Theile des Körpers vorzüglich zu wirken, ſo wendet man örtliche Bäder an, daher das Arm- Fuß- oder Halbbäder. Nach der Verſchiedenheit der Form, in welcher man das Badewaſſer auf den Körper wirken läßt, giebt es erſtlich das Tropfbad, oder die Douche, wo das Waſſer aus einer gewiſſen Höhe auf den leidenden Theil herunterfällt. Ein Spritzbad nennt man ein vervielfältigtes Tropfbad, wo die Waſſertheilchen durch ein durchlöchertes Blech in vielfachen Strömen auf den kranken Theil hingetrieben werden. Wenn das Waſſer entweder allein oder nebſt verſchiedenen ihm beigemiſchten flüchtigen Beſtandtheilen in Dunſtgeſtalt ausgedehnt auf den Körper wirkt, ſo nennt man das Dunſt- oder

Digitized by Google

Dampfbad. Es kann dieſes ebenfalls wieder örtlich oder allgemein angewendet werden.

Zweites Kapitel.

Ueber die Anwendung der verſchiedenen Bäder.

Flußbäder.

Von dieſen ſpreche ich zuerſt, weil ſie ohne Zweifel das ungekünſteltеſte und natürlichſte Bad ſind, deſſen wir uns bedienen können: deſſen Gebrauch als diätetiſches Mittel einem jeden Geſunden zur Erhaltung ſeiner Geſundheit vorzüglich anzuempfehlen iſt. Es iſt zwar der Gebrauch des Flußbades in den mehreſten Gegenden ziemlich allgemein, und iſt den Mehreſten, die einmal die wohlthätige Wirkung deſſelben empfunden haben, beinahe zum Bedürfniſſe worden. Doch iſt immer noch zu wenig geſorgt, daß von ſelbigem mit der gehörigen Bequemlichkeit und Sicherheit für Nachtheilen, welche der Geſundheit dabei drohen, Gebrauch gemacht werden könne. Am zweck-

Digitized by Google

mäßigſten und angenehmſten iſt es allerdings, an einem ſchö-
nen Sommerabend, wenn ſich die Sonne zum Untergange neigt, in das von ihren Stralen den Tag über durchwärmte Flußwaſſer zu ſteigen, und unter freiem Himmel, bei der mil-
deren Wärme der Abendſonne, von nichts als einigen Büſchen umgeben, den ganz entkleideten Körper im lauteren Flußwaſſer zu bewegen. Dieſe freie Bewegung der ungefeſſelten Glieder im ſanftkühlenden ſtärkenden Flußwaſſer, iſt ohne Zweifel die angenehmſte nicht nur, ſondern auch die zweckmäßigſte und ge-
ſundeſte, welche wir uns machen können; ſie trägt ſicher viel zu der mehreren Stärke und beſſeren Geſundheit derer Landleute bei, welche in der Nähe von Flüſſen wohnen, und bei denen es ein allgemeiner Gebrauch der Jugend iſt, Abends, nach voll-
endeter Arbeit, ſich im Bade zu beluſtigen. Dieſer trefflichen, heilſamen Art des Bades ſtehen aber verſchiedene Hinderniſſe im Wege, welche verurſachen, daß es nicht ſo gemeinnützig wird, als es zu wünſchen wäre. Dazu gehört denn beſonders die der Delicateſſe gebildeterer Klaſſen von Menſchen und des weiblichen Geſchlechts vorzüglich entgegenſtehende Unannehm-
lichkeit, auf dieſe Art nie ſicher zu ſeyn, ohne andere ſich noch dazu geſellende Geſellſchaft aus allen Klaſſen, oder doch wenigſtens

Digitized by Google

ohne Zuſchauer und unbelauſcht baden zu können. Man hat dieſer Unannehmlichkeit dadurch vorzubeugen geſucht, daß man an Flüſſen Badehäuſer angelegt hat, welche wenigſtens ſo eingerichtet ſind, daß eine kleine Oberfläche des Fluſſes von Breterwänden eingeſchloſſen iſt, welche über dem Fluſſe einen Behälter bilden, in welchem man ſicher vor allen Zuſchauern in das Waſſer ſteigen kann. Dieſe Einrichtung wäre recht gut, wenn man mehr dabei berückſichtigt hätte, als den Badenden vor ungebetenen Gäſten und Zuſchauern zu ſichern leider iſt das aber bei den meiſten Badehäuſern nicht der Fall, und weit gefehlt, daß ſie uns Erſatz für das Vergnügen und den Vortheil geben ſollten, auf die eben erwähnte Art im freien Flußwaſſer zu baden, ſind ſie öfters ſo eingerichtet, daß ſie das Baden in ihnen wo nicht geradezu nachtheilig, doch weniger nützlich und angenehm machen. Es iſt in der That das Baden in den mehreſten ſolchen Badehäuſern meiſtens nichts weiter, als ein Tribut, den wir der Reinlichkeit zahlen, und es iſt noch gut, wenn ſie ſo eingerichtet ſind, daß dies ohne Nachtheil für die Geſundheit geſchehen kann. Die vorzüglichſten Nachtheile, welche dieſe Badehäuſer faſt alle mit einander gemein haben, ſind folgende: Da ſie meiſtens an dem der Stadt benachbarte-

ſten Theile des Fluſſes liegen, gewöhnlich an dem, welcher durch die Vorſtadt oder die Stadt ſelbſt fließt, ſind ſie entweder ſelbſt mit anderen Gebäuden umgeben, oder das Waſſer, welches ſie erhalten, floß ſchon eine geraume Zeit zwiſchen Gebäuden; das hat dann erſtlich das Nachtheilige, daß, da dieſes Waſſer nie ſo gut von den Sonnenſtralen durchwärmt ſeyn kann, man in dem ohnehin ſchon ſchattigen und kühlen Badehauſe, in zu kaltem Waſſer badet; zweitens, daß man in unreinem, von ſeinen Uferbewohnern auf allerlei Art ſchon beſudelten Waſſer baden muß. Auch der Vorzug des Badens im Freien, daß man den entkleideten Körper einer reinen, geſunden Luft ausſetzt, geht dabei verloren, da in der Nähe volkreicher und tiefliegender Städte, welches die an größeren Flüſſen gelegenen immer ſind, ſo wenig als innerhalb ihrer Mauern ſelbſt, eine unverdorbene, reine Luft iſt. Dazu kommt noch die fehlerhafte Bauart dieſer Badehäuſer ſelbſt. Der Grund erſtlich, auf welchem der über dem Waſſer ſchwebende breterne Behälter ruht, iſt immer von Stein, welcher, da er ohnehin die Eigenſchaft hat, mehr Kälte zu verbreiten, hier, wo er noch dazu beſchattet iſt, und von der Sonne nicht erwärmt werden kann, um ſo mehr eine Erkältung der ihn berührenden Waſſer-

ſchichten

ſchichten veranlaſſen muß; abgerechnet, daß es der Geſundheit gar nicht zuträglich ſeyn kann, auf ſolchen naſſen, kalten Steinen barfuß herumzugehen. Sodann liegen ſolcher Badehäuſer immer eine ganze Menge dicht neben einander, ſo daß das Waſſer aus einem immer in das andere fließt; dadurch ſind die, welche nicht zufällig gerade in dem erſteren baden, in die unangenehme Nothwendigkeit verſetzt, in dem Waſſer, worin die neben ihm Badenden eben ihren Unrath abſpülen, zum dritten, vierten und fünften Male zu baden. Nicht weniger unangenehm iſt es, beim Steigen aus dem Bade ſich in einem naßkalten, kellerartigen Behälter zu befinden, wie dieſe Badehäuſer immer ſind; höchſt unangenehm nicht nur, ſondern auch für die Geſundheit äußerſt nachtheilig. Endlich ſind alle dieſe Badehäuſer zu klein; man hat in dem kleinen Bezirk Waſſer, auf deſſen Gebrauch man eingeſchränkt iſt, nicht einmal Platz, ſich gehörig abzuſpülen, und jener große Vortheil des Badens im freien Fluſſe, die ungehinderte Bewegung unſerer Glieder im Waſſer, geht hier ganz verloren; gerade hier, wo bei ohnehin größerer Kühle des Waſſers, auch zur ſchnelleren Erwärmung, freie Bewegung des Körpers um ſo nöthiger wäre.

Digitized by Google

Eine Vorkehrung, welche uns den Vortheil gewährte, abgeſondert von anderer Badegeſellſchaft, und geſichert vor Zuſchauern in freiem Flußwaſſer baden zu können, ohne einen von den oben erwähnten Nachtheilen und Unannehmlichkeiten mit ſich zu vereinigen, würde meines Erachtens dem Publikum große Vortheile und Annehmlichkeiten gewähren. Ich glaube, daß ein Vorſchlag zu einer ſolchen Einrichtung hier nicht am unrechten Orte ſtehen wird, und will die Art und Weiſe, wie ich mir eine ſolche Badeanſtalt immer auf eine weniger koſtſpielige Art am zweckmäßigſten eingerichtet gedacht habe, hier ſo kurz als möglich zu beſchreiben ſuchen.

Die Eigenſchaften, welche eine ſolche Vorkehrung haben müßte, wären: Es müßte eine gehörig große Oberfläche des Waſſers eingeſchloſſen werden können, damit der Badende gehörigen Platz hätte, ſich frei und ungehindert in dem Waſſer zu bewegen; die Communikation der Atmosphäre müßte durch dieſe Einzäunung über dem Waſſer ſo wenig als möglich unterbrochen werden, daher dieſe Umzäunung aus dem möglichſt leichteſten und lockerſten Stoffe, und am beſten nur aus beweglichen Seitenwänden beſtehen, nicht mit einem Dache verſehen ſeyn müßte; die Anlage ſolcher Badeanſtalten müßte ohne große

Digitized by Google

Mühe und Weitläuftigkeiten an jedem Flußufer und in jeder Gegend angebracht werden können, damit man unter den vorzüglichſten, den angenehmſten durch ihre Lage, und den zum Baden am bequemſten und ſicherſten Uferplätzen wählen könnte. Auch das Anſchwellen der Flüſſe müßte ihnen nicht entgegenſtehen; ſie müßten nämlich, ſobald man wolle, hinweggenommen werden können, wenigſtens das, was an ihnen beſchädigt werden könnte.

Dieſen Erforderniſſen, nach meiner Meinung, einer gut eingerichteten Badeanſtalt in freiem Flußwaſſer, würde man wohl auf folgende Art am beſten und wenigſten koſtſpieligſten begegnen können: Man rammele erſtlich zur Erbauung eines ſolchen Badehauſes, vier Pfähle, die etwa 4 bis 6 Zolle im Durchmeſſer haben, am beſten Eichenpfähle, dergeſtalt im Gevierte am Ufer eines Fluſſes ein, daß zwei derſelben am Anfange des Ufers ſelbſt, 7 bis 8 Ellen von einander zu ſtehen kommen, und etwa 1 Fuß über der gewöhnlichen Fläche des Waſſers hervorragen, die anderen beiden aber werden 7 bis 8 Ellen von den erſteren nach der Mitte des Fluſſes zu entfernt, ſo geſtaltet, daß ſie mit den andern beiden ein gleiches Viereck von 7 bis 8 Ellen im Durchmeſſer bilden. Jeder der

Digitized by Google

4 Pfähle, welcher, wie ſchon geſagt, etwa einen Fuß über der Fläche des Waſſers hervorragt, iſt auf ſeiner oberen Fläche eingebohrt, ſo daß eine Stange, etwa von der Dicke eines Arms und vier bis fünf Ellen Länge, darin feſtſtecken kann. In jeden Pfahl wird dann eine ſolche Stange befeſtigt, welche an ihrem oberen Ende einen eiſernen Stift von etwa 3 Zoll Länge hat. Dieſe Stifte dienen dazu, Querlatten zu befeſtigen, welche von einer Stange zur andern laufen und oben ein verſchloſſenes Viereck bilden. Jetzt hätten wir nun das Gerippe eines ſolchen Badehauſes, gewiß ſo einfach als möglich; es bleibt uns nun nichts übrig, als die vier offenen Wände zu verſchließen. Die einfachſte und leichteſte Art dieſes zu thun, würde ſeyn mit einer groben gefirnißten Leinwand. Man verfertige nämlich vier Rollos von derſelben Breite, wie die Wände, und der gehörigen Länge, daß der ſo viel als nöthig beſchwerte Rolloſtab das Waſſer erreiche. Dieſe Rollos befeſtige man an den 4 oben querüber von einer Stange zur andern laufenden Latten, und vereinige ihre Schnüre ſo, daß ſie mit einem Male aufgezogen und niedergelaſſen werden können. An der vorderen Rollowand müßte zugleich ein Eingang befindlich ſeyn, der gut wieder verſchloſſen werden könnte. Die

Digitized by Google

innere Einrichtung des Bades müßte ſo ſeyn, daß man von einem kleinen hölzernen Gerüſte, welches zwiſchen den beiden erſten Pfählen ruhete, bequem in das Bad ſteigen könnte. Dieſes Gerüſte müßte zugleich zum Aus- und Ankleiden benutzt werden können.

Es ſoll dieſes keinesweges die vollkommene Darſtellung einer vollendeten Badeeinrichtung ſeyn, ſondern nur eine oberflächlich hingeworfene Idee und Plan zu einer gut eingerichteten Badeanſtalt, welcher erſt zu etwas Vollkommenem und Ganzem durch Bauverſtändige gedeihen kann. Hier in ſeiner Rohheit, wie er iſt, dieſer Plan, hat er mir gar wohl in die Augen fallende Mängel, welche aber meines Bedünkens dem Bauverſtändigen nicht ſchwer zu heben ſeyn werden. Die Hauptſache bleibt immer, eine Quadratfläche des Flußwaſſers, an einem zum Baden geſchickten Ufer, etwa von 7 Ellen im Durchmeſſer, durch Wände von geölter Leinwand ſo zu umzäunen, daß der darin Badende den Augen der Zuſchauer entzogen wird, ohne deswegen der reinen freien Luft, und des heiteren Himmels über ſich entbehren zu dürfen. Weswegen es vortheilhaft iſt, daß dieſe Umzäunung nach dem Baden wieder weggenommen werden kann, erhellet ſchon aus dem Vorhergeſagten. Und

Digitized by Google

ich glaube, daß den oben gemachten Forderungen auf keine Art leichter Genüge geleiſtet werden könne, als auf die eben beſchriebene Art. Man wird mir den Einwurf machen, daß dieſe herabhängenden Leinwandwände ſowohl durch die Bewegung des Waſſers, als auch der Luft, von dem Geſtelle entfernt werden würden, und der Badende alſo immer noch den Augen der Zuſchauer preißgegeben würde. Es kann aber leicht die Einrichtung getroffen werden, daß die Leinwandwände ſich aufwärts rollen, und beim Herabfallen in Rinnen oder Einſchnitten der Stangen laufen, aus welchen ſie nicht herausbewegt werden können.

Beſonders hätten dieſe Badezelte — man erlaube mir einmal dieſen Ausdruck — den Vortheil, daß ſie ganz entlegen von Städten, in der ſchönſten Gegend, an einem jeden zum Baden ſchicklichen Flußufer, mit leichter Mühe, und ohne große Koſten angelegt werden können. Sind es kleinere Flüſſe, an denen man ſie anlegen will, ſo nehme man dazu die ganze Breite des Fluſſes. Man ſchlage an jedem Ufer 2 Pfähle in einer ſolchen Entfernung von einander ein, als die Breite des Fluſſes beträgt, und baue dann das bewegliche Zelt nach oben angegebener Art darauf.

Digitized by Google

Daß das auf den vier Pfählen ruhende Geſtelle beweglich iſt, hat den Nutzen, daß es nicht dem anſchwellenden Waſſer oder ſtürmiſcher Witterung preißgegeben zu werden braucht, wodurch es leicht hinweggeführt oder zerbrochen werden könnte, da es nicht von der dauerhafteſten Art iſt. Man kann die Stangen, ſammt den darüber liegenden Latten und dem ganzen zum Aufrollen der Leinwand erforderlichen Mechanismus, hinwegnehmen und aufbewahren.

Mich länger bei einer genaueren Erörterung der Einrichtung einer ſolchen Badeanſtalt aufzuhalten, würde die dieſem Werkchen vorgeſetzten Gränzen überſchreiten. Ich überlaſſe daher die fernere Ausbildung und Entwickelung dieſes Vorſchlags, die Ausführung deſſen für die höheren Stände, mit mehrerer Pracht und Bequemlichkeit, eine wohlfeilere Herſtellung einer ſolchen Einrichtung für Aermere, ohne den dabei vorgeſetzten Zweck zu verfehlen, ſo wie auch deſſen Vervielfältigung und Umänderung nach den Localumſtänden, denen, welche dieſem mehr gewachſen ſind, als ich, den Bauverſtändigen.

Ich ſpreche von dieſer Art der Bäder, von den Flußbädern, nicht als Heilmittel, und empfehle ſie auch Niemanden als ſolches. Ob ich ſchon feſt überzeugt bin, daß ein von der

Sonne gehörig durchwärmtes Flußbad, an einem ſchönen Sommerabend, auch manchen Kränklichen treffliche Dienſte leiſten könne, ſo bleibt doch aus nachher zu erwähnenden Gründen ihre Anwendung für Kranke bedenklich. Um ſo mehr empfehle ich aber das Flußbad allen Geſunden als ein herrliches Mittel zur Erhaltung ihrer Geſundheit, wegen ſeiner trefflichen Eigenſchaft nicht nur, den Körper von dem im Sommer häufig vergoſſenen Schweiß und ſich damit gemiſchtem Staub und Schmuz zu reinigen, ſondern auch als herrliches Mittel, die von der Tageshitze ermatteten Glieder zu ſtärken, und dem Körper die durch die vermehrte Ausdünſtung zu häufig verlorenen Flüſſigkeiten zu erſetzen. Aus letzterem Grunde beſonders iſt es hageren und trockenen Körpern ſo vorzüglich zu empfehlen.

Kalte Bäder.

Allerdings gehören die Flußbäder, auch in den wärmſten Sommertagen, noch zu dieſen; aber ich ſpreche von ihnen in Hinſicht auf ihre Benutzung als Heilmittel noch beſonders. Der ſo eben erwähnten Art in Flußwaſſer zu baden, würde zu ihrem Gebrauche für Kranke ſo Manches im Wege ſtehen, daher ich ſie auch nicht zu deren Benutzung empfehlen wollte.

Digitized by Google

Bei der Anwendung des kalten Bades als Heilmittel, iſt die Temperatur des Waſſers die Hauptſache, und es iſt darauf abgeſehen, einen beſtimmten Grad der Kälte gleichförmig auf die Oberfläche des Körpers wirken zu laſſen; dieſes würde aber beim Baden in Flüſſen nicht ſo zweckmäßig geſchehen können, weil wir es theils nicht ſo in unſerer Gewalt haben, die Temperatur des Waſſers zu beſtimmen, theils die bei einem Kranken dann nöthigen Vorſichtsmaßregeln zu beobachten. Da die zu einem zweckmäßig eingerichteten Flußbade gewünſchten Erfordernisſe hier wegfallen, ſo haben wir zu einer Anſtalt, um das kalte Bad zu brauchen, bloß eine Badewanne in einem gut verſchloſſenen Zimmerchen nöthig, in welchem wir eine beliebige gleichförmige Temperatur unterhalten können.

Kalt nennet man ein Bad von dem 70ſten bis 30ſten Grad des Fahrenheitſchen Thermometers. Die beſte Art, das kalte Bad zu brauchen, iſt die, daß man mit einem dem Körper nicht zu empfindlich kühlen Bade anfängt, und nach und nach zu dem kälteren übergeht, ſo wie es der Körper vertragen lernt, ohne einen zu heftigen Schauer zu empfinden. Es iſt gut, wenn man ein Thermometer dabei hat, um der nach und nach geſchehenden Abſtumpfungen gewiß zu ſeyn, weil man ſich auf

Digitized by Google

das Gefühl nicht ſicher verlaſſen kann, indem der Körper einen Tag empfindlicher für denſelben Grad der Kälte iſt, als den andern. Doch beſtehe man auch nicht zu feſt auf eine beſtimmte Verringerung der Temperatur bei jedem Bade; der Körper iſt, wie ſchon geſagt, manche Tage empfindlicher gegen ein bischen Kälte, als andere: man laſſe ſich daher nicht abhalten, wenn man einmal den Schauer bei einer geringen Abſtufung gar zu heftig empfindet, das Bad etwas wärmer machen zu laſſen; nach und nach lernt man es doch immer kälter und kälter vertragen.

Die Hauptwirkung des kalten Bades beruht darauf, daß es die Hautfaſern ſo wie ſämmtliche nach der Oberfläche des Körpers hinlaufende Gefäße zuſammenzieht, und die Säftemaſſe von der Oberfläche des Körpers mehr nach innen drängt. Wir ſehen daher den Körper durch das kalte Bad blaß und in ſeinem Umfange vermindert werden *). Zugleich entſteht durch den Raub, den das kalte Waſſer am Wärmeſtoffe des Körpers begeht, ein nach Maßgabe der Kälte heftigeres Beſtreben der innern Theile, dieſen Wärmeſtoff zu erſetzen; und in ſo fern

*) S. Marcard, über den Gebrauch der Bäder, S. 365 und folgende.

Digitized by Google

iſt das kalte Bad als ein ziemlich heftiger, die innere Thätigkeit vermehrender Reiz zu betrachten, als deſſen Folge wir unter andern auch den allemal nach dem kalten Bade ſich einſtellenden häufigern Urinabgang betrachten können. Sodann iſt aber auch das kalte Bad als ein eigenthümlicher Reiz für die Muskelfaſer zu betrachten, welches dieſelbe in eben dem Maaße ſtärkt, wie die Wärme ſie erſchlafft und ſchwächt; man kann ſagen, was das warme Bad für die Nerven iſt, das iſt das kalte für die Muskelfaſer. Wir ſehen daher, daß durch das kalte Bad die Werkzeuge des Organismus kraftvoller werden, und daß überhaupt dadurch mehr Nachdruck und anhaltende Stärke in die Thätigkeit des Körpers gebracht wird; die Muskeln erhalten mehr Spannkraft, und die Werkzeuge der Ernährung bereiten langſamer und mit mehr Ruhe, aber auch mit mehr Kraft und ſorgfältiger, beſſere und kraftvollere Säfte.

Es wird dadurch das kalte Bad ein Vorbauungsmittel gegen eine Menge der jetzigen Modekrankheiten, und könnte es in vielen Gegenden auch gegen fürchterlich wüthende Epidemien ſeyn, wenn es der Vernunft gelingen würde, Vorurtheile zu beſiegen. Wer durch den Gebrauch des kalten Bades ſeinen Körper geſtärkt hat, wird ſicher nicht ſo leicht vom Reißen,

Digitized by Google

Katarrhen, Hypochondrie, und allerlei häßlichen Hautausſchlägen befallen werden, als diejenigen, die ihr ganzes Leben hindurch es ſich angelegen ſeyn ließen, ihrer Weichlichkeit zu fröhnen, und deren beliebteſter Zufluchtsort die wohlgewärmte Stube und das weiche Federbette iſt, ſobald ein kühles Lüftchen weht. Beſonders ſchützt der Gebrauch des kalten Bades vor ſolchen epidemiſchen Krankheiten, welche bei einer feuchten, warmen Atmoſphäre zu entſtehen pflegen; als Ruhr, allerlei galligten Krankheiten, beſonders galligtem Erbrechen; galligtem Wechſelfiebern, und mancherlei fauligen Krankheiten. Wilhelm Hillary, ein engliſcher Arzt, welcher auf einer weſtindiſchen Inſel, Barbados, die Heilkunde ausübte, ſagt in ſeinem Buche: Beobachtungen über die Veränderungen der Luft, und über die auf dieſer Inſel herrſchenden Krankheiten, beſonders das gelbe Fieber: „Bedienten ſich nicht allein Kinder, ſondern auch Erwachſene des kalten Bades (ſehr alte Perſonen ausgenommen, denen es ſchädlich iſt), ſo würde dieſes viel beitragen, ihre erſchlafften feſten Theile zu ſtärken und feſt zu machen, und es würde dieſes Verfahren das Entſtehen dieſer Krankheiten verhindern, die meiſt aus dieſer Urſache entſpringen. Wir ſehen, daß alle Nationen, die in den wärmern Gegenden

Digitized by Google

des Oſten wohnen, die kalten Bäder häufiger, faſt täglich in Gebrauch ziehen. Ohne Zweifel haben dieſe Völker die gute Wirkung derſelben ſchon vor langen Zeiten eingeſehen, und die Einwohner der weſtlichen Inſeln würden einen gleichen guten Erfolg davon erfahren.“

Vor allen iſt der Gebrauch des kalten Bades denen anzuempfehlen, welche durch eine weichliche Erziehung und Lebensart einen ſo geſchwächten Körper haben, daß das geringſte Lüftchen ihnen empfindlich iſt, und die Erregung der geringſten Beſchwerde und Unannehmlichkeit ſie ſchon krank macht. Denen, die in ihrer Jugend an der Drüſenkrankheit gelitten haben, denen davon ein bleiches, ſchwammiges, aufgedunſenes Anſehen übrig geblieben, welches von der Schlaffheit ihrer feſten Theile zeugt, iſt das kalte Bad ſehr zur Verbeſſerung ihrer Körperconſtitution und als das vorzüglichſte Mittel zur Verlängerung ihres Lebens zu empfehlen. Nicht weniger iſt es auch denen zuträglich, welche bei einem ſchlaffen Körperbau ſehr zum Fettwerden geneigt ſind, und welche beſonders an warmen Sommertagen durch eine kleine Anſtrengung leicht ermatten und ſich nach Ruhe ſehnen; dieſe können durch den vorſichtigen Gebrauch des kalten Bades öfters einem ſchnellen Ende durch

Schlagflüſſe vorbeugen. Bei weichlichen, ſchwachen Kindern, beſonders denen, welche an dem ſogenannten Schwinden oder der Abmagerung leiden, hat man häufig das kalte Bad mit großem Vortheil angewendet; doch iſt bei dieſen die größte Vorſicht nöthig, daß man nicht durch gleich anfangs zu kühle Bäder, und dann durch zu ſchnelle Abſtumpfungen ſchadet. Bei ſolchen Kindern fängt man am ſicherſten mit einem Bade von 80 Grad Fahrenheit an, und geht ſehr vorſichtig und ganz allmählig zu den niedern Graden über.

Die Anwendung des kalten Waſſers auf einzelne Theile, als örtliches Bad, als kalter Umſchlag oder als Tropfbad, wird ſehr häufig mit großem Nutzen angewendet. Man bedient ſich deſſen vorzüglich, wenn es darauf ankömmt, in einzelnen Theilen des menſchlichen Körpers den Zufluß von Säften zu mindern, beſonders den Andrang des Blutes nach ſolchen Theilen, und zugleich die Muskelfaſern ſolcher Theile zu ſtärken. In dieſer Hinſicht verdienen das Waſchen und Umſchläge mit kaltem Waſſer beſonders bei einer Schwäche und zu großer Reizbarkeit der Geſchlechtstheile empfohlen zu werden, die beſonders von Ausſchweifungen in der Geſchlechtsliebe herrührt, und wo die Erwärmung dieſer Theile, durch die Bedeckung des

Nachts, häufigen Samenabgang veranlaßt. Bei Mutterblutflüſſen, beſonders von Andrang des Bluts nach der Gebärmutter, iſt das kalte Waſſer eines der trefflichſten und am ſchleunigſten Hülfe gewährendeſten Mitteln, in Umſchlägen auf die Geburtstheile ſelbſt und die ganze Schamgegend angewendet. Ganz vorzüglich gut ſagt das kalte Waſſer dem Kopfe zu, und iſt ein vorzügliches Mittel, um den Andrang des Blutes nach dem Gehirne zu vermindern. Daher leiſtet es treffliche Dienſte bei Kopfſchmerzen, welche daher entſtehen, und bei Kopfverlezzungen. *) Auch bei eingeklemmten Brüchen wird die Anwendung des kalten Waſſers auf eben die Art ſehr nützlich.

Sowohl ein örtliches als allgemeines kaltes Bad iſt ſchädlich, wenn die Natur in einem einzelnen Theile, oder in der geſammten Haut das Beſtreben zu einer größeren Thätigkeit zeigt, und dadurch das Gleichgewicht der Geſundheit in dem ganzen Körper herzuſtellen ſucht. Z. B. ſchweißige Füße ſind ſchon öfters mit dem größten Nachtheil durch kalte Fußbäder vertrieben worden; örtliche und allgemein verbreitende Hautausſchläge verſchwanden, auf große Unkoſten der Geſundheit, nach

*) E. Marcard, von dem Gebrauch der Bäder, S. 397.

Digitized by Google

kalten Bädern. Wenn die Natur bei Rheumatiſmen, Katarrhen u. ſ. w. durch eine Schweiß veranlaſſende Thätigkeit der Haut ſich zu helfen ſucht, ſo iſt ein kaltes Bad in eben dem Grade ſchädlich, wie ein warmes nützlich ſeyn kann. Da das kalte Bad das Blut von den äußeren Theilen nach den inneren treibt, ſo iſt es bei allen denen zu vermeiden, welche von Andrang des Blutes zu Aengſtlichkeiten, Stechen auf der Bruſt, zu Kopfſchmerzen oder wohl gar zu Blutſpucken geneigt ſind. Perſonen mit ſehr empfindlichen, reizbaren Nerven, iſt das kalte Bad eben ſo ſehr zu widerrathen, wie der Gebrauch des warmen anzuempfehlen. Wenn das kalte Bad vertragen werden ſoll, ſo iſt noch ein gewiſſer Grad von Kraft des Körpers nöthig, welche er der Einwirkung der Kälte entgegen zu ſetzen vermag; daher ein zu ſchwacher Körper von der Kälte eines ſolchen Bades gleichſam überwunden und ſein Zuſtand verſchlimmert wird. Wo große Fehler in den innern Theilen, Geſchwüre in den Lungen, Eingeweiden oder anderen Theilen ſind, ſchaden kalte Bäder allemal.

Noch iſt zu bemerken, daß Jugend im Allgemeinen eine Gegenanzeige gegen zu kalte Bäder iſt. Bei zarten kleinen Kindern können ſogar häufige und zu kalte Bäder dem Wachs-

Digitized by Google

thum und der freien Ausbildung der Glieder einigen Abbruch thun. Wenn ich daher kalte Bäder auch bei Kindern empfehle, ſo meine ich damit, daß es beſſer ſey, ſie an etwas kühleres, als zu warmes Baden zu gewöhnen, nicht aber daß ein ganz kaltes Bad ihnen dienlich ſey.

Das erſte und vorzüglichſte Erforderniß, wenn das kalte Bad ohne Nachtheil gebraucht werden ſoll, iſt, daß der Körper in dem möglichſten Zuſtande der Ruhe ſey. Man vermeide daher, wenn man in das Bad gehen will, alle Erhitzung, durch körperliche Bewegung nicht nur, ſondern durch alles, was das Blut in mehrere Wallung bringt; alle Gemüthsbewegungen, warme erhitzende Getränke aller Art, und den Aufenthalt in zu warmen Zimmern. Wer erhitzt in ein kaltes Bad ſteigt, wagt augenblicklich ſein Leben, oder auf immer ſeine Geſundheit zu verlieren. Ehe man an das kalte Bad gewöhnt iſt, hüte man ſich, mit zu kaltem Bade anzufangen; und die, welche in Flüſſen baden wollen, thun wohl, in der wärmſten Jahreszeit und den wärmſten Tagen damit anzufangen.

Der erſte Eindruck, den das kalte Waſſer beim Hineinſteigen auf die Füße macht, äußert oft heftige Wirkung auf den ganzen Körper, beſonders auf den Kopf. Es rührt dieß beſon-

Digitized by Google

ders von dem Andrange des Blutes nach dem Kopfe, welches bei denen, die ohnehin zu Congeſtionen nach dem Kopfe geneigt ſind, bedenklich werden könnte. Man thut daher wohl, wenn man nicht auf einmal mit den Füßen in das kalte Bad geht, ſondern erſt nach und nach durch Waſchen mit kaltem Waſſer, Füße und Schenkel an dieſe Empfindung zu gewöhnen ſucht. Auch iſt das Waſchen des Kopfes und der Bruſt mit kaltem Waſſer, ehe man in das Bad ſteigt, ein ſehr gutes Mittel, die heftigen Congeſtionen nach dieſen Theilen zu verhüten. Im Bade ſelbſt ſuche man ſich ſo ſtark wie möglich zu bewegen, welches im Flußbade ſehr gut angeht. Badet man aber in Wannen oder Badehäuſern, wo zu gehöriger Bewegung der Raum fehlt, ſo thut man ſehr wohl, ſich mit Stücken Flanelle den Körper zu reiben oder reiben zu laſſen. Man halte ſich in einem kalten Bade nicht zu lange auf; eine Viertelſtunde iſt ſchon eine ziemlich lange Zeit für ein nicht ſehr kaltes Bad. Doch können manche Leute länger ohne Nachtheil darin verweilen, als andere, in der Regel fette Leute allemal länger, als magere; doch macht auch hier die Gewohnheit wieder eine Ausnahme: wer an das kalte Bad gewöhnt iſt, kann allemal länger darin verweilen, als der Ungewohnte. Man richtet ſich da im-

Digitized by Google

mer am beſten nach ſeiner eigenen Empfindung; wenn man eine Zeitlang ohne unangenehme Empfindung im Bade verweilte, und man dann von neuem wieder unangenehme Schauer empfindet, ſo iſt es Zeit, das Bad zu verlaſſen.

Nach dem Bade laſſe man ſich unter ſtarkem Reiben abtrocknen, hülle ſich ſogleich in ein warmes, am beſten wollenes, Gewand, und halte ſich einige Zeit an einem wärmern Orte auf, wo man die Zeit am beſten damit hinbringt, ein gutes Glas Wein zu trinken, wozu man etwas Weniges eſſen kann. Auch iſt eine mäßige Körperbewegung nach dem Bade ſehr zu empfehlen.

Warme Bäder.

Ich rede hier von warmen, nicht von heißen Bädern, deren Gebrauch ich nie empfehle. Ein warmes Bad fängt mit dem 90. Grad des Fahrenheitſchen Thermometers an, und geht bis zum 85ſten. So wie man bei dem Gebrauche kalter Bäder mit einem nicht ſo tiefen Grad der Kälte anfange, ſo wähle man auch hier bei den warmen Bädern einen nicht ſo hohen Grad der Wärme zum erſten Bade, ſondern man nehme es anfangs ſo, daß es nur ein ange-

Digitized by Google

nehmes Gefühl von Wärme auf die Haut macht; dann, wenn in der Folge das Bad von derſelben Temperatur zur Gewohnheit worden iſt, und nicht mehr dieſelbe Wirkung äußert, dann wird es nöthig, nach und nach mit den Graden der Temperatur zu ſteigen. Das warme Bad hat als Reinigungsmittel viel Vorzüge vor dem kalten Bade. Es erweicht die Haut und öffnet die Gefäße derſelben. Die Wirkung des warmen Bades iſt bei der vorzüglichen Eigenſchaft, die es hat, die Reizbarkeit zu vermindern, als nervenſtärkend und krampfſtillend zu betrachten, wobei es zugleich die Steifheit der Muskelfaſern vermindert. So wie das warme Bad den Puls und die Reſpiration beruhigt; ſo vermindert es auch die erhöhte Reizbarkeit aller andern Organe, und beſonders der Nerven und Muſkeln. Einen Wahnſinnigen beruhigte das warme Bad ſo ſehr, daß ihn eine Perſon aus demſelben in das Bette führen konnte, da er durch ſechs Perſonen hatte hinein gebracht werden müſſen. Durch die beruhigende Kraft deſſelben fühlt der Kranke eine angenehme Behaglichkeit im Bade, ſein Kopf wird freier, er fühlt ſich geſtärkt, die Schmerzen, die Unruhe und der Erethiſm der Nerven, die Krämpfe in der

Muſkelfaſer mindern ſich; kurz, jede überſpannte Thätigkeit, die von erhöhter Reizbarkeit ohne materielle Urſache entſteht, wird durch daſſelbe gemäßigt. Dieſe verſchiedenen Beruhigungen des Körpers, und beſonders ſeiner Nerven, laden zu einem erquickenden Schlaf ein, und ſo wird daſſelbe ein Gegenmittel einer entkräftenden Schlafloſigkeit. *) Es iſt daher trockenen, zu Krämpfen und andern Nervenübeln geneigten Körpern vorzüglich zu empfehlen. Alte Leute können es faſt immer als ein vorzügliches Mittel zur Erhaltung ihrer Geſundheit und Verlängerung ihres Lebens anſehen; junge Leute aber ſollten ein mehr als laues Bad, nie für gewöhnlich, ſondern nur als Heilmittel gebrauchen.

Es iſt das warme Bad ein vorzügliches Mittel gegen alle Arten von Nervenkrankheiten, gegen Krämpfe, Zuckungen, fallende Sucht, Schwindel, öfters wiederkehrende Ohnmachten, und unter gewiſſen Umſtänden und der Leitung eines verſtändigen Arztes bei hitzigen und langwierigen Nervenfiebern. Beſonders zeigt es ſich ſehr wirkſam bei kleinen ſchwächlichen Kindern, welche an ſolchen Nervenzufällen

*) Reil, Kur der Fieber, 1 B.

Digitized by Google

leiden, beſonders bei Convulſionen und Epilepſien der Kinder. Bei denen, welche mit Gliederreißen behaftet ſind, hat man das warme Bad oft mit auffallendem Nutzen angewendet, nur muß es anhaltend gebraucht werden, und öfters, wenigſtens einen Tag um den andern ein Bad. Desgleichen wird auch die Heilung aller langwierigen Hautausſchläge ſehr befördert, wenn man nebſt dem Gebrauch der übrigen Heilmittel, öfters warm badet.

Bei dem Scheintode ſowohl neugeborner Kinder, als auch derer, welche durch Erſticken, Ertrinken, Erhängen in einen leblos ſcheinenden Zuſtand verſetzt ſind, iſt das warme Bad eines der vorzüglichſten Mittel zur Wiederbelebung und Errettung.

Unerachtet dieſer herrlichen Heilkräfte des warmen Bades, kann doch wiederum ein zu häufiger, anhaltender und unzeitiger Gebrauch deſſelben, beſonders wenn es zu warm genommen wird, und vorzüglich bei jungen Leuten, nachtheilige Folgen haben. Es bewirkt dann eine zu große Empfindlichkeit der Haut, erſchlafft überhaupt die Muſkelfaſern zu ſehr, und bewirkt eine fehlerhafte Ernährung; daher es alsdann eine bleiche Geſichtsfarbe und beſonders Mangel an gehöriger Muſkelkraft zur Folge hat.

Digitized by Google

Die Griechen, beſonders die griechiſchen Frauenzimmer, bedienen ſich des zu warmen Bades ſehr häufig. Letztere verheirathen ſich ſchon im funfzehnten Jahre und leben nicht lange. Mit dem fünfundzwanzigſten Jahre bekommen ſie ſchon Runzeln, verfallen, und haben ganz das Anſehen von alten Weibern. Dies rührt unſtreitig von dem zu häufigen Gebrauch der zu warmen Bäder her, an welche ſich die griechiſchen Frauenzimmer ſo ſehr gewöhnt haben *).

Aus eben der Abſicht, um ein krampfſtillendes, reizendes Mittel bei örtlichen Uebeln anzuwenden, bedient man ſich mit Vortheil der feuchten Wärme. In dieſer Hinſicht ſind naſſe warme Umſchläge bei Entzündung im Halſe, welche von Erkältung entſtanden iſt, oder ſich beſonders bei dem Scharlachfieber einfindet, bei böſem Halſe, welcher mit Katharr vergeſellſchaftet iſt, bei Zahnſchmerzen und damit verbundener Anſchwellung des Geſichts zu empfehlen. Bei Krämpfen im Unterleibe, bei Leibſchneiden, wenn es beſonders mit Durchfall und Erbrechen verbunden iſt, thun naſſe warme Umſchläge treff-

*) Dr. W. Wiltmanns Reiſen in der europäiſchen Türkei, Kleinaſien, Syrien und Aegypten, im Jahr 1799 bis 1802.

Digitized by Google

liche Wirkung. Doch hat man bei dieſer Art der Anwendung des warmen Waſſers beſonders darauf zu achten, daß der Umſchlag auf dem leidenden Theile nie erkalte; man muß daher immer zwei Umſchläge bereit halten, damit man ſogleich einen neuen erwärmten auflegen kann, ſo wie der eine anfängt kalt zu werden.

Aus der Eigenſchaft, welche die Wärme hat, als Reizmittel zu wirken, und in dem Theile, auf welchen ſie angewendet wird, die Thätigkeit zu vermehren und einen Zufluß von Säften zu veranlaſſen, entſpringt noch ein anderer Grund ihrer örtlichen Anwendung. Dadurch nämlich, daß ſie den Reiz und den Zufluß von Säften in dem einen Theile vermehrt, kann ſie dazu dienen, ihn in andern Theilen zu vermindern, und als Gegenreiz und Ableitungsmittel dienen. In dieſer Hinſicht werden Fußbäder mit Vortheil bei Andrange des Blutes nach dem Kopfe und davon entſtehenden Kopfſchmerzen angewendet; am auffallendeſten und ſicherſten iſt ihre gute Wirkung, wenn die Kopfſchmerzen von Erkältung der Füße entſtanden ſind; weniger wirkſam iſt das Fußbad, wenn von andern Reizen auf das Gehirn Congeſtionen entſtehen. Ein Armbad, wo man die Arme ſo weit wie möglich, wenigſtens eine Handbreit bis

über

Digitized by Google

über das Ellenbogengelenk, in ein Gefäß mit warmen Waſſer legen läßt, vermindert die Congeſtionen nach der Gebärmutter beträchtlich, und ich habe ſie mehrmals mit Vortheil bei daher entſtandenen Mutterblutflüſſen angewendet. Ein Fußbad würde hier das Uebel beträchtlich vermehren.

Auch hat ein örtliches warmes Bad die gute Eigenſchaft, durch den Reiz, welchen es auf einen Theil der Haut macht, durch Mitleidenſchaft das ganze Hautſyſtem zu einer mehreren Thätigkeit zu veranlaſſen, und die Ausdünſtung zu befördern. Es iſt in dieſer Hinſicht ein warmes Armbad z. B. ſehr zweckmäßig bei ſolchen Kranken, wo man auf dieſe Art gern mehr Thätigkeit der Haut veranlaſſen möchte, und welchen man aus andern Hinſichten nicht gern ein ganzes Bad nehmen laſſen will.

Bei dem Gebrauch des warmen Bades ſind folgende Vorſichtsregeln nöthig:

Man vermeide vor dem Bade alles, was das Blut in Wallung bringt, beſonders Gemüthsunruhen und Leidenſchaften. Man benutze nie Waſſer, worinnen ſchon jemand anders gebadet hat. Man bade in keinem kühlen Badezimmer; daher die auf der Erde liegenden, mit Steinen gepflaſterten Badezimmer nicht viel nutzen, wenigſtens erſt geheitzt werden müſſen.

Digitized by Google

Wenn man während des Aufenthaltes im Bade bemerkt, daß das Waſſer anfängt kühler zu werden, ſo laſſe man etwas warmes Waſſer hinzugießen. Ueberhaupt halte man ſich nicht zu lange im Bade auf: ich glaube nicht, daß es von Nutzen iſt, länger als eine gute Stunde darinnen zu verweilen, jungen Leuten gewiß nie; eher können alte Leute, und beſonders mit ſehr trocknem Körper, etwas länger baden.

Wenn man aus dem Bade ſteigen will, ſo ſorge man, daß das Zimmer gehörig erwärmt ſey, trockne ſich ſchnell ab, und hülle ſich gleich in ein flanellenes Gewand. Badet man in einer rauhen Jahreszeit, oder ſo an unfreundlichen, kalten Tagen, ſo verlaſſe man das erwärmte Zimmer nicht zu bald nach dem Bade, und nur erſt, nachdem man mit gehöriger Vorſicht und warm bekleidet iſt. Nicht ſo, wie nach dem kalten Bade, iſt hier die körperliche Bewegung zuträglich; man thut beſſer, ruhig zu bleiben, und die dann und wann ſich einſtellende Neigung zum Schlafe nicht mit Gewalt zu unterdrücken.

Tropfbad, Spritzbad.

Wenn das Waſſer von einer gewiſſen Höhe auf die leidenden Theile herunter fällt, ſo nennt man das Tropfbad. Ein

Digitized by Google

zuſammengeſetztes Tropfbad, wo viele kleinere Tropfen zugleich auf den Körper fallen, nennt man ein Spritzbad.

Die Einrichtung zu einem Tropfbade muß ſo ſeyn, daß man durch dickere und dünnere Ströme die Kraft des Bades vermindern und vermehren kann, wie es die Verſchiedenheit des Uebels und der Theile, welche man will betropfen laſſen, erfordert. Das Tropfbad iſt um ſo wirkſamer, je höher das Waſſer auf den leidenden Theil herabfällt.

Das Tropfbad iſt ein ſehr heftig wirkendes Mittel, wodurch oft ſehr hartnäckige, langwierige Uebel gehoben werden. Beſonders nützlich iſt es befunden worden: bei langwierigen, feſt an einem Orte haftenden Rhevmatiſmen, bei krampfhaften Zufällen in einzelnen Theilen, bei kalten Geſchwülſten, Gelenkgeſchwülſten, Steifheit der Gelenke, bei Lähmungen, Schwäche und Schwindung einzelner Theile, auch bei mehreren Arten von langwierigen Kopfſchmerzen und Schwindel.

Man hüte ſich beſonders, auf entzündete oder ſehr empfindliche Theile ein Tropfbad zu brauchen.

Das Waſſer muß weder kalt noch warm ſeyn, wenn es zum Tropfbade gebraucht werden ſoll; man miſche zu dem Behuf

Digitized by Google

halb kaltes und halb warmes Waſſer, weil es beim Herabfallen wieder viel von ſeiner Wärme verliert.

Um ein Spritzbad zu erhalten, wird ein durchlöcherter blecherner Anſatz, ungefähr wie bei einer Gießkanne, an die Röhre des Tropfbades befeſtiget, woraus dann das Waſſer in vielen kleinen Tropfen ſtrömt. Man bewegt dann dieſe ſo eingerichtete Röhre über dem leidenden Theile hin und her. Auch kann man in Ermangelung einer ſolchen Vorkehrung ſich einer gewöhnlichen Gießkanne mit einer Dille bedienen, und den leidenden Theil von einer gewiſſen Höhe herab begießen. Das Spritzbad wirkt wie ein Tropfbad, nur auf eine weit ſanftere Art; es iſt daher bei ſchwachen und reizbaren Körpern brauchbarer, und hat vor dem gewöhnlichen Tropfbade den Vorzug, daß es auf mehrere Glieder, ja auf den ganzen Körper angewendet werden kann. Bei allgemeiner Schwäche des Körpers iſt es ein ſehr wirkſames Mittel; indem es den größten Theil der Oberfläche des Körpers faſt auf ein Mal berührt, wird ſeine belebende, ſtärkende Wirkung auch allgemeiner, als bei dem Tropfbade.

Digitized by Google

Wenn man von dem Tropf- oder Spritzbade gute Wirkung erwartet, ſo muß es anhaltend, täglich ein auch zwei Mal gebraucht werden, und man muß jedesmal eine Viertelſtunde damit anhalten, bei ſehr hartnäckigen, veralteten Uebeln, und bei weniger empfindlichen, reizbaren Perſonen, auch eine halbe Stunde. Ich habe auf dieſe Art Lähmungen und andere der oben genannten örtlichen Uebel heilen geſehen, welche vorher mehrere Jahre vergeblich mit anderen Mitteln behandelt worden waren.

Dampf- oder Qualmbäder.

Wenn man den entblößten Körper mit den durch Wärme in Dunſtgeſtalt ausgedehnten Waſſertheilchen in Berührung ſetzt, ſie mögen nun bloße Waſſertheilchen, oder mit noch andern flüchtigen Stoffen vermiſcht ſeyn, ſo nennt man das ein Dunſt- Qualm- oder Dampfbad. Man benutzt zu dieſem Behuf entweder den über den warmen Mineralquellen ſchwebenden Dunſt, oder man ſucht Waſſer durch ſtarke Erwärmung in Dunſtgeſtalt auszudehnen. Man kann in dieſer Abſicht in einem Gefäß mit Waſſer, über welchem der Kranke etwa auf ausgeſpannten Gurten liegt, glühende

Kieſelſteine oder Kanonenkugeln ablöſchen, wie es die Ruſſen in den bei ihnen ſehr üblichen Dampfbädern thun *). Man hat auch natürliche Dampfbäder, wohin die Italieniſchen gehören, welche man z. B. bei Neapel findet, und Stufa nennt **).

Es haben die Dampfbäder eine ähnliche, aber nur weit durchdringenderc und ſtärkere Wirkung, als die warmen Bäder; ſo hat auch das Bad in dem Dunſte ſolcher Mineralquellen, welche ihrer flüchtigen Beſtandtheile wegen beſonders im Gebrauche ſind, eine noch ſtärkere Wirkung, als das in ihrem Waſſer ſelbſt. Die Patienten bemerken in dem Dampfbade eine eigene Wärme, die immer ſtärker wird, und zuletzt meiſtens mit einem ſtarken Schweiße endigt. „Ich würde rathen, davon Gebrauch zu machen, wenn ein langer Winter uns drückt, wenn der November und December uns eine anhaltende dicke, feuchtkalte Luft geben, in der man noch weniger ausdünſten kann, als in

*) Journal des Luxus und der Moden. Julius 1790.

**) Reiſe nach der Inſel Iſchia im 11ten Band der Auswahl kleiner Reiſebeſchreibungen. (Leipzig, bei Schneider, 1790.)

Digitized by Google

der ſtrengſten trocknen Kälte, wenn wir zu viel dicke und katarrhaliſche Säfte geſammelt haben, und uns die gewöhnlichen Bäder das Gefühl von Leichtigkeit und Thätigkeit nicht geben wollen, folglich nicht genug durchdringen, mit Einem Worte, wenn unſre Maſchine bis zu dem Grade ſtockt, wo nur ein künſtliches Fieber helfen kann; denn das iſt der wahre Begriff, den wir uns von einem ſolchen Bade machen müſſen. Auch werden diejenigen, die vielleicht in ihrem ganzen Leben nie gebadet haben, und alſo vieljährigen Schmuz in ihrer Haut tragen, die, welche im Schmuze oder Schweiße ihres Angeſichtes ihr Brot verdienen müſſen, ſehr wohl thun, dieſe durchdringenderen Dämpfe zu gebrauchen, ſo wie auch die, deren Haut immer mit kleinen Ausſchlägen behaftet iſt, oder die zu Steifheit und Schmerzen der Glieder geneigt ſind“ *).

Beſonders nützlich hat ſich das Dampfbad gegen hartnäckige Gicht an einzelnen Theilen und Lähmungen gezeigt. Eine Dame hatte gegen Gicht in den Gelenken der Fuß-

*) Dr. C. W. Huflands nöthige Erinnerung an die Bäder und ihre Wiedereinführung in Deutſchland ꝛc.

knochen, die ihr das Gehen äußerſt beſchwerlich machte, und wobei der kranke Fuß beſtändig kalt war, ſchon das gewöhnliche laue Bad an der Driburger Quelle vergeblich gebraucht, und konnte den Brunnen gar nicht vertragen. Sie gebrauchte daher das Dunſtbad täglich zwei Mal allein, ohne alle andere Arzneien. Nachdem daſſelbe vier bis fünf Mal gebraucht war, kam wieder Wärme in den Fuß, und die Schmerzen verloren ſich nach und nach gänzlich, ſo daß die Kranke nach vierzehn Tagen völlig wieder hergeſtellt war. Während dieſer ganzen Kur bemerkte man im Urin, welcher vor und nach der Kur ganz klar war, einen häufigen weißen Bodenſatz *). Nicht minder vorzüglich iſt es in ſeiner Wirkung gegen Spannung und Steifheit in den Gliedern und Gelenken. Da dieſes Bad vermöge ſeiner ſehr reizenden Kraft ſehr häufige Schweiße hervorbringt, ſo hat ſich der Patient ganz beſonders nach einem ſolchen Bade vor Erkältung zu hüten. Nach dem Bade lege man ſich einige Stunden zu Bette. Schwächlichen Perſonen von ſehr ſchlaffem Körperbau, welche ohne-

*) Brendis Anleitung zum Gebrauche des Driburger Bades ꝛc.

Digitized by Google

hin ſehr zu ermattenden Schweißen geneigt ſind, iſt dieſes Bad gar nicht zu empfehlen. Uebrigens gilt von ihm alles, was oben über die warmen Bäder geſagt wurde. Es kann dieſes Bad ſowohl auf den ganzen Körper, als auch bloß örtlich auf einzelne Theile deſſelben angewendet werden. Man hat in Bädern Einrichtungen, daß der Dampf durch Röhren an einzelne Theile des Körpers geleitet werden kann, oder der ganze Körper wird dem Dampfe in einem verſchloſſenen Kaſten ſo ausgeſetzt, daß die Reſpiration dabei frei bleibt. Der Aufenthalt im Dampfbade iſt unter den Bedingungen, wie bei dem warmen Bade, eine halbe bis ganze Stunde.

Drittes Kapitel.

Von den Mineralbädern und Geſundbrunnen im Allgemeinen.

Die Erfahrungen einer Reihe von vielen Jahren über die Mineralbäder, haben den Nutzen derſelben bei vielen langwierigen und öfters für unheilbar erklärten Krankheiten an-

Digitized by Google

genſcheinlich an das Licht geſtellt. Deſſen ungeachtet giebt es noch in unſern Zeiten auch ſogar Aerzte, welche noch ihre Zweifel nicht aufgeben können oder wollen; Zweifel, welche wohl bei Aerzten bloß in einem Mangel an Kenntniß von dem Gehalte, der Wirkung und der Art des Gebrauchs der Mineralbäder ihren Grund haben mögen; bei Laien aber vielleicht durch den ungünſtigen Erfolg nach falſcher und zweckwidriger Anwendung derſelben entſtanden ſind. Bei einigen Aerzten iſt die Badreiſe eine Univerſalmedicin für alle die Kranken, welche den Vorrath ihrer Receptformuln vergeblich aufgebraucht haben; ſie rathen dem Kranken, in das erſte beſte Bad zu gehen, deſſen Namen ſie einmal gehört oder geleſen haben, einerlei was für ein Bad; ſie rathen das Bad zu brauchen, öfters ohne einmal recht zu wiſſen, was eigentlich ein Bad ſey. Auch reiſen Viele in das Bad, ohne einmal erſt einen Arzt darüber zu befragen, auch ohne Bedenken in das erſte beſte, oder das am meiſten beſuchte, bloß durch die Nachricht von einer Baſe oder Muhme getrieben, daß Hanſen und Kunzen, der die nämliche Krankheit gehabt hätte, das Bad geholfen habe; gleichviel welches. Wenn nun ſolch ein armer Kran-

ker in ein Bad kommt, welches bei ſeinem Uebel ganz falſch gewählt iſt, und daſelbſt noch einen gewiſſenloſen oder unverſtändigen Badearzt findet, wie es dergleichen wohl giebt, welche ohne Unterſchied jeden daſelbſt Ankommenden die Badekur brauchen laſſen; ſo iſt nichts natürlicher, als daß ſein Uebel nicht nur nicht geheilt, ſondern gar noch verſchlimmert wurde. Und was war Schuld? — Das Bad? allerdings das Bad, weil es nicht das rechte war, was er hätte wählen ſollen; aber deswegen dürfen wir ihm ſeinen Werth bei andern Krankheiten nicht abſtreiten. Das erſte und wichtigſte alſo, was ein Kranker, der geſonnen iſt das Bad zu brauchen, zu berückſichtigen hat, iſt die Wahl des Bades. Es iſt in der That eine nicht ſo gar leichte Sache für einen Kranken, hierüber einen in der That nützlichen und guten Rath zu erhalten, weil ſogar manche Aerzte ſehr wenig reelle Kenntniß von den Bädern haben, beſonders die mit praktiſchen Geſchäften ſehr überhäuften Aerzte, welche öfters nur in den Dingen gehörig bewandert ſind, die ihnen tagtäglich vorkommen, und denen es gar oft an Zeit gebricht, ſich über andere Dinge, die etwas entfernter von ihrem Wirkungskreiſe liegen, die

gehörigen Kenntniſſe zu verſchaffen. Es verhält ſich mit den Mineralbädern und Geſundbrunnen, wie mit andern in der Apotheke aufbewahrten Heilmitteln: ſie ſind alle trefflich und heilſam, aber alle nur zu ihrer Zeit; nie kann Ein Heilmittel für alle Krankheiten helfen.

Es giebt einige Aerzte, welche zwar den Mineralbädern und Brunnen ihre gute Wirkung nicht abſprechen, welche aber das Reiſen in die Bäder für unnöthig halten. Sie ſagen: „wir haben alle die Beſtandtheile der Mineralwäſſer unter dem Vorrath von Arzneimitteln in unſern Apotheken, es iſt alſo ein unnöthiger Koſtenaufwand, in Bäder zu reiſen, um dieſelben Arzneimittel, welche wir an Ort und Stelle bequemer aus den Apotheken brauchen können, in den Mineralbrunnen zu trinken, und Bäder, welche wir eben ſo wirkſam zu Hauſe bereiten können, mit weit mehr Koſtenaufwand an Badeorten zu brauchen.“ Abgerechnet, daß die Reiſe ſelbſt bei den mehreſten Kranken der Art ſehr viel zu ihrer Geneſung beitragen kann, ſo iſt es auch wirklich nicht wahr, daß wir alle die Arzneimittel, welche Beſtandtheile der Mineralwäſſer ſind, ſo zuzubereiten verſtehen, daß ſie eine ſo zweckmäßige Geſtalt er-

halten, wie diejenige iſt, in welcher ſie uns die Mineralwäſſer darbieten. Es würde unmöglich ſeyn, dieſelben Verhältniſſe zu treffen, nach welchen mehrere Beſtandtheile der Mineralwäſſer gemiſcht ſind, z. B. die Luftarten, und doch kommt, laut aller Erfahrung, auf das Verhältniß, in welchem die Beſtandtheile gemiſcht ſind, bei einem Heilmittel oft ſehr viel an. Auch finden in unſerer Heimath immer Verhältniſſe Statt, die es unmöglich machen, uns ganz einer Kur zu widmen; wenn wir uns auch den Brunnen, ſo wie er an der Quelle ſelbſt iſt, zu Hauſe verſchaffen, und in einer bequemen Einrichtung das Bad von eben denſelben Beſtandtheilen und Eigenſchaften haben könnten, wir würden es doch nicht ſo ordentlich und ungeſtört fortbrauchen können, als an einem Badeorte, wo wir, von allen unſern Geſchäften und Verhältniſſen losgeriſſen, nur ganz allein der Sorge für unſere Wiedergeneſung leben.

Ich finde es ſehr zweckmäßig, wenn Badeorte zugleich der Sitz des geſelligen Vergnügens ſind; denn dadurch werden die kränklichen, ohnehin mehr zum Mißmuth geneigten Leute in eine heitere Stimmung verſetzt, welche ſo ſehr viel dazu bei-

Digitized by Google

trägt, ihre Geneſung zu beſchleunigen. Aus eben dem Grunde halte ich es für ſehr gut, daß nicht lauter Kranke und nur die Kur Beabſichtigende, Badeorte beſuchen, ſondern auch mehrere Geſunde, bloß des Vergnügens wegen; denn Kranke ſind ſelten aufgelegt Vergnügungen zu veranlaſſen, und wenn nur von ſolchen das Bad beſucht würde, ſo wäre zu befürchten, daß die Langeweile der guten Wirkung der Bäder und Brunnen ſo manches Hinderniß in den Weg legte. Nur iſt es zu bedauern, daß manche Bäder zu Tummelplätzen der Ueppigkeit und Schwelgerei gemacht werden, wo ſich eine Menge Spieler, Wollüſtlinge, Säufer und andere unnütze Menſchen verſammeln, um die eigentlichen Badegäſte nicht nur an der gehörigen Benuzzung ihrer Zeit den Tag über zu hindern, und ihnen den Genuß froher Stunden zu verbittern, ſondern auch des Nachts ſie um Ruhe und Schlaf zu bringen. Solcher übeln Aufführung ſollten billig auf das ſtrengſte Gränzen geſetzt werden. Dieſer üble Brauch hat dann zur Folge, daß auch diejenigen Gäſte, welche in der That des Bades und Brunnens wegen eigentlich kommen, über dem Hang, dem daſelbſt herrſchenden Luxus nachzukommen, den eigentlichen Zweck ihrer Reiſe und Aufenthaltes zu ſehr aus den Augen verlieren. Beſonders gilt dieſer

Digitized by Google

Vorwurf dem ſchönen Geſchlechte; die Damen ſorgen gar ſehr dafür, ihrem Stande gemäß ſich in der Kleidung gehörig auszeichnen zu können, überladen ſich zu dem Behufe mit einer Menge Putz und andern Tändeleien, denken aber wenig auf reelle Bequemlichkeiten, wodurch ſie ſich die Kur erleichtern und ihre Geneſung beſchleunigen können. Und auch im Bade bleibt dieſer Gegenſtand die Hauptſache, die Badekur aber wird als Nebenſache betrachtet. Um bis in die ſpäte Nacht in Geſellſchaften oder auf Bällen glänzen zu können, verſchläft man gemeiniglich am folgenden Morgen die ſchicklichſte Zeit zur Badekur, und weil man die übrigen Stunden zu ſehr mit der Toilette für den Abend beſchäftigt iſt, bleibt faſt gar keine Zeit übrig, um an den wahren Zweck ſeines Aufenthaltes zu denken.

Wer ſeiner Geſundheitsumſtände wegen in das Bad reiſt, der laſſe auch ſeine Gedanken vorzüglich auf dieſen Hauptzweck gerichtet ſeyn. Er verſehe ſich bei der Abreiſe beſonders mit ſolchen Dingen, welche ihm die Kur erleichtern, und laſſe unnöthigen Putz nicht ſolchen Dingen den Platz wegnehmen, durch deren Mangel er alsdann in Verlegenheit geſetzt wird.

Digitized by Google

Beſonders bei der jetzigen Beſchaffenheit der Moden iſt dem ſchönen Geſchlechte vorzüglich anzurathen, ſich außer den gewöhnlichen Kleidungsſtücken, auch noch mit wärmern zu verſehen. Niemals iſt man leichter und mit mehr Gefahr der Erkältung ausgeſetzt, als zu der Zeit, wenn man das Bad braucht. Auch wenn man in der ſchönſten und wärmſten Jahreszeit das Bad beſucht, darf man der Witterung nicht trauen, und am wenigſten in Bädern, wo gemeiniglich eine bergigte Gegend noch weit mehr Veränderlichkeit der Witterung veranlaßt, als man ſie an andern Orten findet. Man wähle daher eine etwas leichtere Kleidung für die wärmern Tage, welche jedoch Bruſt und Hals vor den ſchädlichen Einwirkungen der Zugluft ſichert, und eine gehörig warme Kleidung für die naſſen oder kälteren Tage. Ueberhaupt wird man wohlthun, die Kleidung ſo einfach, als möglich, zu wählen, damit nicht die koſtbarſten Stunden, welche am zweckmäßigſten der Badekur gewidmet werden können, durch zeitverderbenden Putz verſchwendet werden.

Ganz unentbehrlich für Jeden, der mit Nutzen das Bad brauchen will, ſind Bademäntel, ſowohl von Lein-

Digitized by Google

wand, als Flanell; erſtere, um ſich nach dem Bade abzu-trocknen; letztere, um eine zweckmäßig warme Hülle zu haben, in der man einige Zeit verweilen kann, bis die Haut ihre ſie erweichende Feuchtigkeit, welche ſie gegen Erkältung ſo empfindlich macht, mehr verloren hat.

Auch wird man ſehr wohlthun, ſich mit einem Kiſſen zu verſehen, auf welchem man in der Badewanne ſitzen kann; es darf dies bloß von Leinwand und leicht mit Pferdehaaren ausgeſtopft ſeyn, damit man der Unannehmlichkeit überhoben iſt, auf bloßem Holz oder Stein zu ſitzen. Man findet zwar an vielen Badeorten dergleichen Kiſſen vorräthig, aber es iſt doch unangenehm, ſich ſelbiger zu bedienen, wenn man nicht feſt überzeugt iſt, daß ſie nach ihrem vorigen Gebrauch gehörig wieder gereinigt ſind.

Es ſind noch verſchiedene Kleinigkeiten, welche, nachdem ſie die mannichfaltige Gewohnheit uns zum Badebedürfniſſe gemacht, nicht gern, ja oft nicht ohne Nachtheil entbehrt werden. Man wird wohlthun, ſie nicht außer Acht zu laſſen und lieber ſich damit zu verſehen, wenn man nicht feſt überzeugt iſt, ſie nach Wunſch auch an Badeorten be-

Digitized by Google

kommen zu können, wo man oft die entbehrlichſten wohl, aber häufig nicht einmal die nöthigſten Kleinigkeiten der Art findet. Ein Jeder muß ſelbſt wiſſen, was es für Dinge ſind, die ihm nothwendig geworden ſind, und es iſt hinlänglich, hier nur im Allgemeinen daran zu erinnern.

Ob ſchon im Ganzen genommen den Badegäſten in den berühmteren und häufig beſuchteren Bädern wenig Zeit übrig bleibt, um Langeweile zu haben, ſo iſt es doch bei einigen, welche die häufigen Geſellſchaften nicht lieben, oder nicht gern viel Zeit mit Putz verderben, der Fall, daß ihnen Stunden übrig bleiben, welche an Beſchäftigung gewöhnte Perſonen gern ausfüllen mögen. Langeweile hat in Hinſicht ihres Einfluſſes auf die Geſundheit viel Aehnliches mit Sorge und Kummer, iſt daher vorzüglich kränklichen Perſonen zu widerrathen. Ernſthafte, beſonders mit Anſtrengung des Geiſtes verbundene Arbeiten, hindern das Nervenſyſtem, gehörig für den Körper zu ſorgen, und ſind vor allen Dingen zu der Zeit zu entfernen, wo Heilmittel wirken ſollen. Ich kenne nichts Beſſeres, um ſolche Stunden auszufüllen, als eine gut gewählte Lectüre, welche nicht

Digitized by Google

anſtrengt, aber eine muntere, heitere Geiſtesbeſchäftigung gewährt; auch der, welchem die Zeit, während er im Bade ſitzt, zu lang wird, kann ſich derſelben mit Vortheil bedienen. Es gehören dahin komiſche, launige Romane, Gedichte der Art, Luſtſpiele, Reiſebeſchreibungen u. dgl. Da man nicht immer Gelegenheit hat, ſich in Bädern ſolche Bücher nach Wunſch zu verſchaffen, ſo wird man wohlthun, einige geiſtreiche Schriften der Art, welche man mit Vergnügen mehrere Male leſen kann, mit ſich zu nehmen. Nur keine weinerlichen Romane voll Empfindeleien, oder Trauerſpiele der Art; dieſes ſchleichende Nervengift zerrüttete ſchon oft die Geſundheit der robuſteſten Menſchen, und iſt um ſo mehr von allen Kränklichen zu entfernen, beſonders wenn ſie von Heilmitteln Nutzen erwarten.

Die beſte Zeit, um die Badekur zu brauchen, bleibt immer die vom Anfang des Mai bis Mitte des Julii. Da iſt es, wo die ſchönſte Jahreszeit Alles belebt, und auch auf unſern Körper den wohlthätigſten Einfluß hat. Es iſt nicht zu läugnen, daß auch die mehreſten Mineralwäſſer zu der Zeit am reichhaltigſten in ihren Beſtandtheilen ſind, und am friſcheſten und wohlſchmeckendſten aus der neuverjüngten Erde quellen; mit Einem Worte: es vereinigt ſich zu der Zeit alles, die Kur

Digitized by Google

zu begünſtigen. Alte, und durch vielen Genuß ſehr abgelebte Perſonen, denen die Frühlingstage noch zu kühl ſind, und die Hitze des Sommers nicht zu drückend iſt, können die folgenden Monate wählen. Am häufigſten werden in den ſpäteren Monaten, dem Julius und Auguſt, die Bäder beſucht; aber wem mehr ſeine Kur, als große glänzende Geſellſchaften und immerwährender Lärm und Zerſtreuungen am Herzen liegt, wählt an den beiden früheren Monaten unſtreitig beſſer. Er hat da beſſere Abwartung, hat die Wahl unter den beſten Wohnungen, kann mit mehr Ruhe ſeine Kur beſorgen und des Nachts den Schlaf genießen. Man kann im Nothfall auch andere Jahreszeiten zur Badekur wählen, aber nie mit dem Vortheil; am allerwenigſten iſt der Winter dazu geeignet. Eher kann man ſich zu ſolchen Zeiten zu Hauſe des Brunnens bedienen, und dabei gewöhnliche warme Bäder brauchen, oder auch künſtliche Mineralbäder, wo man ſeine Bequemlichkeit beſſer haben kann. Stärkende Mineralwäſſer werden oft mit großem Vortheil das ganze Jahr hindurch zu Hauſe getrunken, wie z. B. der Pyrmonterbrunnen; doch muß man ihn alsdann in geringerer Menge, etwa zu einer halben bis ganzen Flaſche täglich, trinken.

Digitized by Google

Wenn eine Bade- oder Brunnenkur etwas helfen ſoll, ſo iſt unumgänglich nöthig, daß ſie auch eine gehörige Zeit ununterbrochen und in der gehörigen Ordnung fortgebraucht werde; es iſt daher nöthig, daß die Brunnengäſte eine beſtimmte Ordnung in ihrer ganzen Lebensart während der Kurzeit beobachten, wenn ſie von dem Gebrauche des Bades und Brunnens Vortheil ſehen wollen.

Um zu gehöriger Zeit mit dem Trinken des Brunnens anfangen zu können, iſt es nöthig, bei Zeiten das Bette zu verlaſſen, im Sommer wenigſtens um 6 Uhr. Es iſt am vortheilhafteſten, erſt das Frühſtück zu nehmen, ehe man den Brunnen anfängt zu trinken; beſonders iſt das Perſonen anzurathen, welche einen reizbaren, ſchwachen Magen haben, an Magenkrämpfen leiden, und des Morgens an warme Getränke gewöhnt ſind. Das Frühſtück muß aber eine Stunde vor dem Brunnen genommen werden. Es muß das Frühſtück nicht in einer zu großen Menge warmer ſchlappen Getränke beſtehen; wer an Kaffee gewöhnt iſt, trinke ein paar Taſſen ſtarken Kaffee; am vorzüglichſten iſt Chokolade in Waſſer gekocht, oder eine kräftige Suppe; Thee taugt ſchlechterdings nichts.

Digitized by Google

So wird man zwiſchen 7 und 8 Uhr bereit ſeyn können, den Brunnen zu trinken. Es herrſcht auch hier bei den Brunnenkuren das alberne Vorurtheil, daß viel auch viel helfe, und in dieſer Meinung wird oft in Bädern der Magen mit einer ungeheuern Menge Waſſer überfüllt, die auch dem Stärkſten ſchlecht bekommen würde. Eine zu kleine Quantität kann allerdings nichts nützen, und es iſt daher nöthig, daß diejenigen, welche ſchwache Magen haben, ſich nach und nach daran gewöhnen, eine gehörige Menge von dem Brunnen zu vertragen. Ueber zwei gewöhnliche Burgunderbouteillen ſollte von keinem Brunnen auf ein Mal getrunken werden; doch richte man ſich hierinnen jedesmal nach ſeinem Magen. Bekommt man nach dem Brunnentrinken Magendrücken, nicht den gehörigen Urinabgang, Verſtopfung oder Durchfall, und Unbequemlichkeiten von Blähungen, ſo hat man ſchon zu viel getrunken; man gehe zu einer kleinern Quantität zurück, und ſuche nach und nach etwas mehr vertragen zu können; auch kann man mit magenſtärkenden und krampfſtillenden Arzneimitteln dem Magen zu Hülfe kommen. Man muß das Waſſer langſam nach und nach trinken, etwa alle Viertelſtunden ein Glas, ſo daß man etwa eine Stunde, bis anderthalbe, mit dem Waſſer-

Digitized by Google

trinken zubringt. Bei dem Waſſertrinken ſelbſt ſowohl, als nach demſelben, iſt es ſehr zweckmäßig, ſich gelinde Bewegung zu machen; doch muß dieſe nie ermüdend ſeyn. Da der ſehr flüchtige Brunnengeiſt nicht nur an und für ſich ein ſehr wirkſamer Beſtandtheil der Mineralwäſſer iſt, ſondern auch andere Beſtandtheile aufgelöſt erhält, welche das Waſſer fallen läßt und abſetzt. wann dieſer verfliegt; ſo nehme man ſich in Acht, ihn nicht verfliegen zu laſſen, ehe man das Waſſer trinkt. An der Quelle ſelbſt iſt der Brunnen aus eben dem Grunde allemal am wirkſamſten; wenn man genöthigt iſt den Brunnen von Flaſchen zu trinken, ſo verſtopfe man ſie allezeit ſorgfältig wieder, wenn man ein Glas eingeſchenkt hat: das eingeſchenkte Glas muß allezeit ſogleich ausgetrunken werden.

Eine Stunde nach dem Waſſertrinken benutze man dazu, ſich gelinde Bewegung zu machen, am beſten durch Spazierengehen. Wird man durch übele Witterung daran verhindert, ſo gehe man in einem geräumigen Zimmer auf und ab, etwa da, wo man ſich des Brunnentrinkens wegen verſammelte, wozu in den mehreſten Bädern geräumige Säle beſtimmt ſind. Nachdem, alſo etwa eine Stunde nach dem Trinken, gehe man in das Bad. Es iſt im Vorhergehenden das Hauptſächlichſte

Digitized by Google

über das Baden geſagt worden, und darf alſo hier nicht wiederholt werden; da alle Mineralbäder warm ſeyn ſollen, und gewärmt werden müſſen, wenn die Quellen kalt ſind, ſo verweiſe ich beſonders auf das, was von den warmen Bädern geſagt worden iſt.

Die übrige Lebensart muß, wie ſchon geſagt, dem Hauptzwecke, durch die Kur ſeine Geſundheit wieder zu erlangen, entſprechen: Man mache ſich ſo viel angenehme Zerſtreuung und mit mäßiger Bewegung verknüpfte Vergnügungen, als man kann, ohne der Hauptſache Abbruch zu thun. Man vermeide zu heftige, ermüdende Bewegung eben ſo ſehr, als vieles Sizzen und Inneſtecken in dem Zimmer, wovor beſonders das ſchöne Geſchlecht zu warnen iſt; man vermeide alle Gelegenheit ſich nach einer Erhitzung zu erkälten, vorzüglich, weil während dem Gebrauch der Bäder die Haut ſehr empfindlich iſt. Ein mäßiger, nicht ermüdender Tanz iſt zwar eine zweckmäßige Motion, wird aber dadurch nachtheilig, daß gemeiniglich damit die Nothwendigkeit verknüpft iſt, bis ſpät in die Nacht aufzubleiben und dann am folgenden Morgen die beſte Kurzeit zu verſchlafen. Eben ſo iſt es mit den Schauſpielen, wenn ſie zu ſpät anfangen; die Kurgäſte werden dadurch in die Nothwendigkeit

verſetzt,

Digitized by Google

verſetzt, zu ſpät zu eſſen, und wollen ſie ſich dann nicht zu ihrem größten Nachtheil mit vollem Magen zu Bette legen, über die Zeit aufzubleiben. Uebrigens gilt vom Schauſpiele ebendas, was ſchon über die Lectüre geſagt worden iſt: Trauerſpiele ſind hier eben ſo ſehr zu widerrathen, wie Luſtſpiele zu empfehlen; nur müſſen ſie gut ſeyn und nicht Langeweile machen.

Vorzüglich nöthig iſt es, im Eſſen und Trinken eine gehörige Ordnung zu beobachten, ſowohl was die Zeit als auch die Speiſen ſelbſt, ihrer Menge und ihrem Gehalte nach, betrifft. Badegäſte haben, ſowohl der Kur als auch der damit verknüpften Bewegung und Zerſtreuung wegen, gemeiniglich einen etwas zeitigern und ſtärkeren Appetit. Es iſt daher ſchon deshalb rathſam, ſowohl Mittags als Abends nicht zu ſpät zu Tiſche zu gehen; das ſpäte Abendeſſen hat überdies noch das Nachtheilige, daß man genöthigt iſt, entweder ſich mit vollem Magen, oder zu ſpät zu Bette zu legen. Die beſte Zeit iſt Mittags um 12, Abends um 7 Uhr, wenn man, wie es geſchehen ſollte, wenigſtens um 10 Uhr zu Bette gehen und des Morgens um 6 Uhr aufſtehen will. Man muß ſich ſehr hüten, den Magen nicht zu überladen, wenn der Brunnen vertragen

Digitized by Google

werden und Nutzen ſchaffen ſoll; es ſind daher alle Gaſtereien in Bädern nachtheilig, weil man nie dabei Herr über ſich und ſeinen Magen ſeyn kann. Man wähle ſo viel wie möglich immer leichte Speiſen, und meide ſchwer zu verdauende, blähende Gemüße, fette, ſtark gewürzte, geräucherte und eingeſalzene Speiſen, auch Mehlſpeiſen und Backwerk taugen nicht viel. Das ſchicklichſte Getränke iſt bei Tiſche Waſſer mit etwas Wein; Mineralwäſſer ſind nicht bei Tiſche zu empfehlen, es ſey denn ein leichter Sauerbrunnen mit etwas Wein.

Viertes Kapitel.

Abführende und auflöſende Mineralwäſſer.

Seit in unſerer Heilkunde ein wenig mehr Licht über die Oekonomie unſers Organismus verbreitet iſt, und man nicht mehr nöthig hat, auf die Hypothese, als ſey der thieriſche Körper ein Schlammſack, ſein Räſonement über die dann und wannige Gegenwart häufigerer oder veränderter Stoffe in verſchiedenen

Digitized by Google

Theilen deſſelben zu gründen, ſehen vernünftigere Aerzte bei weitem nicht mehr ſo öfters auszuleerende Unreinigkeiten als ehemals. Man hat einſehen gelernt, daß eine fehlerhaft vermehrte Erzeugung von Auswurfsmaterien und Unreinigkeiten häufig ihren Grund in der fehlerhaften Beſchaffenheit der Theile hat, wo ſie Statt findet; man iſt durch die Erfahrung belehrt worden, daß dann das bloße Ausräumen durch Laxirmittel nichts hilft, ſondern vielmehr dadurch, daß es die Beſchaffenheit der Verdauungswerkzeuge noch mehr verſchlechtert, das Uebel ſchlimmer mache; und man hat mit ſehr gutem Erfolge den Organen bei dem Gebrauche zweckmäßiger Mittel zu ihrer Wiederherſtellung, die Ab- und Ausſonderung ſolcher angeſammelten Stoffe in vielen Fällen ſelbſt überlaſſen können. Darinne iſt die Enträthſelung ſolcher Wunderkuren zu ſuchen, welche heut zu Tage ganz junge, kaum von Univerſitäten gekommene, Aerzte an Kranken verrichteten, welche ihres langwierigen Uebels wegen, ſowohl zu Hauſe, als in Laxirbädern, auf Anrathen ihres alten, feſt auf ſeinen alten Meinungen beharrenden Arztes, zu verſchiedenen Malen, ohne günſtigen Erfolg, ablaxirt worden waren. Daher kommt es, daß der Gebrauch ſolcher Mineralwäſſer jetzt ſeltener und mit mehr Einſchränkung

angerathen wird, und daß auch ich mehrere meiner Leſer für den Gebrauch folgender Arten der Mineralwäſſer, als dieſer, zu gewinnen hoſſe.

Es iſt der Gebrauch dieſer Wäſſer zum Bade wohl von dem als Brunnen zu unterſcheiden; ſie haben eine ganz verſchiedene Wirkung bei ihrer Anwendung auf die Oberfläche des Körpers, von der, welche ſie bei dem innern Gebrauch als Abführmittel äußern, und zuverläſſig hat ihre Anwendung zum Bade vieles von dem wieder gut gemacht, was ſie durch ihren innerlichen Gebrauch verdarben. Erſtlich wollen wir von ihrer innern Anwendung ſprechen und ſehen, in welchen Fällen ſie auf dieſe Art nützlich werden können.

Die erſte Anzeige, welche wir haben, ein Abführungsmittel zu reichen, iſt, wenn durch Diätfehler, oder andere Urſachen, im Darmkanal ſelbſt Unreinigkeiten angehäuft ſind, die nun als die vorzügliche fortdauernde Urſache des Uebelbefindens anzuſehen ſind, und deren Fortſchaffung wir wegen der beträchtlichern Fieberbewegungen, welche ſie bereitsfr uchtlos veranlaßten, nicht ferner den eigenen Naturkräften anvertrauen können. Ob ſchon in mehreren ſolchen Fällen eine hinreichende Menge eines abführenden Mineralwaſſers, ſo wie ein anderes in der

Apotheke bereitetes Abführungsmittel, gute Dienſte thun kann, ſo gehören doch alle dieſe Fälle nicht hierher: Erſtlich iſt bei ihnen keine Zeit zu verlieren, wenn man durch ein Abführungsmittel Nutzen ſchaffen will; auch iſt hier meiſtens hinreichend, ein, höchſtens zwei Mal ein ſolches zu reichen, nie iſt bei ihnen eine lange Laxirkur nöthig; es würde alſo lächerlich ſeyn, deshalb in ein Bad reiſen zu wollen. Ueberhaupt iſt bei dem Gebrauche der Bäder und Mineralbrunnen immer nur von langwierigen Uebeln die Rede, welche eine lange anhaltende Kur erfordern.

Solche Fälle ſind, wo erſtlich wegen einer bleibend gewordenen Trägheit des Darmkanals allerlei anhaltende und öfters wiederkehrende Uebel im Unterleibe Statt finden, wenn dieſes beſonders bei übrigens ſtarken, vollſaftigen Perſonen der Fall iſt. Schwächliche, hagere Körperbeſchaffenheit iſt aber eine Gegenanzeige, und erfordert wenigſtens ſorgfältige Behutſamkeit bei dem Gebrauche abführender Mineralwäſſer, ſo wie auch nebenbei den Gebrauch anderer Arzneien. Sodann iſt der Gebrauch ſolcher Mineralwäſſer zweckmäßig, wenn durch eine ſolche träge Beſchaffenheit des Darmkanals in anderen Theilen des Körpers nachtheilig vermehrte Thätigkeit Statt fin-

Digitized by Google

det, und daher z. B. Hautkrankheiten, heftiger Andrang des Blutes nach dem Kopfe und Kopfſchmerzen entſtehen. Auch hat der Gebrauch dieſer Wäſſer oft großen Nutzen geleiſtet, bei krankhafter Beſchaffenheit anderer mit dem Darmkanale in Mitleidenſchaft ſtehender Eingeweide, beſonders Verhärtungen derſelben. Hier iſt nicht die auszuleerende Materie, ſondern der Reiz zu berückſichtigen, der durch die vermehrte Thätigkeit des Darmkanals auf dieſe Theile durch Mitleidenſchaft veranlaßt wird, und ſie zur mehrern Thätigkeit ſtimmt.

Es haben zwar alle die abführenden Wäſſer die Wirkung, daß ſie durch Mitleidenſchaft, indem ſie den Darmkanal reizen, auch auf das Syſtem der Saugadern, welche die nicht gerötheten Feuchtigkeiten des Körpers zurichten und in Umlauf bringen, wirken und zu mehrerer Thätigkeit treiben. Doch ſind mehrere unter ihnen, welche wegen anderer ihnen beigemiſchten Beſtandtheile eine noch ſtärkere und eigenthümliche Kraft beſitzen, auf das Syſtem dieſer Saugadern zu wirken. Indem ſie dadurch die eigene in die Augen fallendere Wirkung äußern, Fehler aus Trägheit des Saugaderſyſtems, als Stockungen in den Säften, und allerlei Arten von Verhärtungen in verſchie-

Digitized by Google

denen Theilen des Körpers zu heben, werden ſie vorzugsweiſe mit dem Namen auflöſender Mineralwäſſer belegt.

Eine ähnliche Bewandtniß hat es mit den ſogenannten auflöſenden Badewäſſern. Sie haben vermöge ihrer Beſtandtheile vorzüglich auf das Saugaderſyſtem wirkende Kräfte, bewirken die Einſaugung ſtockender Materien, und heben beſonders allerlei Verſtopfungen im Drüſenſyſtem.

Unter den abführenden Mineralwäſſern ſind das Seidſchüzer und Seidlizer Bitterwaſſer die vorzüglichſten. Seidſchüz und Seidliz liegen in Böhmen, 9 Meilen von Prag, etwa eine kleine halbe Stunde aus einander. Es haben dieſe Waſſer einen bittern, ſalzigen Geſchmack, daher ſie auch Bitterwaſſer genannt werden. Das Waſſer iſt klar und helle und ſprudelt gar nicht, doch ſieht man, wenn es einige Zeit der freien Luft ausgeſetzt iſt, daß ſich kleine Luftblaſen an das Glas anſetzen; die Bitterkeit wird dadurch unangenehmer. Es darf weder in freier Luft noch in der Wärme einen Bodenſatz fallen laſſen.

Es ſind dieſe Wäſſer ein angenehmes und gelindes Laxirmittel, welches ſchnell und ſicher wirkt, ohne dabei die Verdauungswerkzeuge anzugreifen und zu verderben. Wenn es

Digitized by Google

als Laxirmittel wirken ſoll, läßt man alle Stunden etwa ein halbes Nöſel, bei zarten Perſonen etwas weniger, trinken, bis es anfängt zu wirken. Bei Uebeln, wo es nöthig iſt anhaltend ein gelindes auflöſendes Abführungsmittel zu brauchen, läßt man Morgens und Abends, nach Maßgabe der Körperbeſchaffenheit, ein größeres oder kleineres Glas davon nehmen, ſo daß es ein bis zwei Mal gehörig offenen Leib veranlaßt. Perſonen von vollſaftiger, ſchwammiger Körperbeſchaffenheit, welche an einer eingewurzelten Neigung zu Verſtopfungen leiden, bekommt eine ſolche Kur ſehr gut. Bei zarten, hageren und empfindlichen Perſonen darf es nie in großen Gaben und anhaltend gebraucht werden.

Bei anhaltenden Kuren, wo man kleinere Gaben auf einmal nimmt, thut man wohl, es mit Milch zu verſetzen; es ſchmeckt dann angenehmen und wird von den Mehreſten leichter vertragen.

Unter den auflöſenden Wäſſern verdient den erſten Platz das allgemein bekannte und beliebte Selterſer-, Selter-, auch Salzer-Waſſer. Dieſer Brunnen liegt im Trierſchen, unweit der Stadt Limburg, etwa 5 Meilen von Frankfurt am Main. Erſt ſeit etwa 10 Jahren iſt die Einrichtung

daſelbſt getraſſen, daß es von Brunnengäſten beſucht werden kann.

Das Selterſer-Waſſer iſt ein allgemein bekanntes angenehmes Getränke, von einem angenehmen erfriſchenden, etwas wenig ſäuerlichen Geſchmack. Es muß immer auf das beſte verſtopft gehalten werden, indem es ſogleich in der Berührung mit der freien Luft ſeinen Brunnengeiſt entweichen läßt, und dann ſeine Eigenſchaft zu perlen, ſeinen angenehmen Geſchmack, und einen großen Theil ſeiner Wirkung verliert. Recht feſt verſtopft kaan man es in guten Kellern Jahre lang erhalten.

Es iſt dieſes Waſſer ein treffliches Mittel gegen Säuren im Magen und gegen Verſchleimungen des Darmkanals. Auch iſt es ſehr heilſam gegen Stockungen im Saugaderſyſtem und Drüſenverſtopfungen. Es wirkt eigenthümlich auf den Urinabgang, und führt Schleim und Unreinigkeit auf dieſem Wege ab. Daher leiſtet es vorzüglichen Nutzen beim Sodbrennen, bei Magendrücken und Magenkrämpfen von Verſchleimung oder Säure im Magen, bei Verſtopfungen der Leber, der Gekrösdrüſen, bei allgemeiner Verſchleimung, bei Schleimſchwindſucht, bei Gliederreiſſen, bei Unordnungen in der monatlichen Reinigung, beſon-

Digitized by Google

ders bei Verhaltung derſelben. Man trinkt es mit etwas Milch, mit blankem Wein, oder auch unvermiſcht; nach Beſchaffenheit der Umſtände können noch andere Arzneimittel damit verbunden werden. Vorzügliche Dienſte leiſtet es in der Bleichſucht, wenn beſonders Fehler der Verdauungswerkzeuge dabei vorhandeu ſind, mit Stahlwein; nur muß jedesmal die Portion, welche man auf ein Mal trinken will, gemiſcht werden.

Ein dem Selterſer-Waſſer in ſeiner Wirkung ganz gleich kommendes Mineralwaſſer iſt das Biliner in Böhmen. Das Emſer Bad, nebſt einem Dorfe gleiches Namens, liegt in der Wetterau am Lahnfluſſe, 3 Stunden von Coblenz. Es wird hier ſowohl gebadet, als auch Brunnen getrunken. Die ſämmtlichen Wäſſer, ſowohl die Trink- als Badewäſſer, ſind natürlich warm. Der Geſchmack des Waſſers iſt fade, doch eben nicht unangenehm.

Der Gebrauch dieſer Wäſſer ſowohl zum Bade als auch zum Trinken, leiſtet beſonders Nutzen in langwierigen Rheumatismen und Gicht, bei Steifheit der Glieder, langwierigen Hautausſchlägen, bei ſtockenden Hämorrhoiden, beſonders Schleimhämorrhoiden, bei langwierigen Katarrhen und Huſten

Digitized by Google

mit vielem Schleimauswurf, bei allerlei Magenbeſchwerden, welche von Verſchleimung und Säure entſtehen, auch bei Fehlern der Urinwege, beſonders bei Verhaltung des Urins von Verſchleimung oder Gries in den Urinwegen.

Töpliz. Eine ſehr angenehme, in einer der ſchönſten Gegenden liegende Stadt im Leutmeritzer Kreiſe des Königreichs Böhmen. Die hier befindlichen warmen Quellen werden bloß zum Baden gebraucht. Dieſe Bäder leiſten treffliche Dienſte bei Gicht und Rheumatismen, bei Steifheit der Gelenke, gegen langwierige und zurückgetriebene Hautausſchläge. Ganz vorzüglich hat ſich ihr Nutzen bewährt bei alten bleibend werdenden, oder bald nach geſchehener Heilung wieder aufbrechenden Geſchwüren. Man ſchickt häufig auch bleichſüchtige, an allerlei Fehlern von krankhafter Reizbarkeit, auch an Magenkrämpfen und Schwäche der Verdauungswerkzeuge leidende Perſonen nach Töpliz. Daran thut man aber ſehr Unrecht. Sind es ſehr empfindliche, reizbare Perſonen, ſo ſchadet ihnen das Töplizer Bad offenbar, oder es ſchafft ihnen keinen Nutzen weiter, als andere gewöhnliche warme Bäder auch. Für ſolche Perſonen haben wir weit vortheilhaftere und heilſamere Bäder, wie wir in der Folge ſehen werden.

Digitized by Google

Karlsbad. Eines unſerer vorzüglichſten und wirkſamſten Bäder. Es liegt im Ellenbogner Diſtrikt des Königreichs Böhmen, 5 Meilen von Eger. Die fünf Hauptquellen, welche man daſelbſt hat, ſind alle warm; der Sprudel iſt der heißeſte und ſtärkſte unter allen. Friſche Eier werden im Sprudel hart, und man kann die Federn vom Geflügel, auch die Borſten von Schweinen damit abbrühen.

Das Karlsbader Waſſer verdient den Vorzug unter allen auflöſenden Mineralwäſſern, die wir haben, bei Fehlern der Verdauungswerkzeuge und Verſtopfungen des Leibes; indem es bei ſeinen auflöſenden Eigenſchaften auch den ſchwächern Verdauungswerkzeugen nicht ganz feind iſt. Es rührt das von ſeinem zwar geringen, aber doch nicht ganz zu verachtenden Eiſengehalte. Doch iſt es Perſonen von zarter, reizbarer Körperbeſchaffenheit, welche an Schwäche der Verdauungswerkzeuge leiden, nicht anzuempfehlen, weil es bei ihnen leicht ſchwächende und dieſe Uebel vermehrende Durchfälle veranlaßt. Bei Leberverſtopfungen und daher entſtandener Gallſucht, bei Hypochondrie von Verſtopfungen und Stockung der Säfte im Unterleibe, ſo wie auch bei ſtockenden Hämorrhoiden, leiſtet es herrliche Dienſte. Durch ſeine eigenthümliche Wirkung auf

den Urin wird es ſehr wirkſam bei Steinbeſchwerden, bei Gries, Sand und Schleimanhäufung in den Urinwegen. Wenn bei dem innern Gebrauch des Waſſers auch zugleich häufig genug gebadet wird, was man immer im Karlsbad verfehlt, ſo iſt der Gebrauch dieſer Wäſſer auch bei Gicht und Rheumatismen ſehr zu empfehlen.

Man fehlt im Karlsbad häufig dadurch, daß man zu viel Brunnen trinkt, und indem man dadurch täglich ablaxirt wird, den Vortheil ganz einbüßt, den dieſes Waſſer zugleich als ſtärkendes Mittel bei mäßigerem Gebrauch gewähren würde. Auch zwanzig Becher, welche man den meiſten Kranken jetzt noch trinken läßt, iſt eine viel zu große Quantität für nicht ſehr robuſte Körper. Die Hälfte würde öfters weit beſſere Wirkung thun.

Wer das Waſſer vom Sprudel wegen ſeiner großen Hitze nicht vertragen kann, der trinke erſt von einer andern, weniger heißen Quelle, etwa vom Urubrunnen. Nach und nach wird man auch das Waſſer vom Sprudel vertragen lernen.

Das Schlangenbad, nicht weit von Mainz. Es hat ſeinen Namen von den vielen Schlangen, die ſich in

Digitized by Google

dortiger Gegend aufhalten; ſie ſind aber nicht giftig. Das Waſſer hat eine bläuliche Farbe, iſt milchwarm, und wie ein fettes Seifenwaſſer anzufühlen. Die Fettigkeit ſchwimmt oben auf dem Waſſer wie ein ſcheinbarer Schmutz, und klebt an den Händen und dem Leibe. Es ſind mehrere Quellen daſelbſt, welche alle warm ſind. Der Geſchmack des Waſſers iſt gelind ſalzig.

Aeußerlich gebraucht iſt es vorzüglich ein ſehr gutes, reinigendes, die Haut erweichendes und geſchmeidig machendes Bad, es vermindert die große Reizbarkeit und iſt daher bei empfindlichen, zu Krämpfen gereizten Perſonen zu empfehlen. Es hebt auch Steifigkeit der Glieder, und iſt gegen alte freſſende Geſchwüre und langwierige Hautausſchläge ſehr heilſam.

Auch innerlich werden dieſe Wäſſer gebraucht, und beſonders mit Nutzen gegen Krämpfe des Unterleibes, krampfhafte Engbrüſtigkeit, gegen Fehler der Urinwerkzeuge, Steinbeſchwerden, Anhäufung von Gries und Sand. Für alte ſteifgewordene Perſonen, mit hagerem Körper und pergamentartiger Haut, iſt dieſes Bad ein Verjüngungsmittel.

Digitized by Google

Der Badeſchlamm iſt zum Trocknen und Heilen alter Geſchwüre ſehr zuträglich.

Fünftes Kapitel.

Reizende die Ausdünſtung befördernde Mineralwäſſer.

Hierher gehören die ſämmtlichen ſchwefelhaltigen Wäſſer. Es zeichnen ſich alle dieſe Wäſſer durch einen eignen Geruch und Geſchmack, faſt wie faule Eier, aus. Polirte Metalle werden in ihren Dunſtkreiſen angegriffen, und laufen an. Silber beſonders wird ganz ſchwarz.

Die Wirkung dieſer Wäſſer iſt vorzüglich reizend und ſchweißtreibend; ihrer andern Beſtandtheile wegen, ſind dieſe Wäſſer auch zugleich auflöſend, wobei ſie durch die oben genannten Kräfte ſehr wirkſam unterſtützt werden. Innerlich gebraucht, reizen und beleben ſie die Muskelfaſer, vermehren die Thätigkeit des Nervenſyſtems, bringen die Säfte mehr in Umlauf, und befördern die Thätigkeit des Hautorgans. Bei Perſonen, welche zu Blutflüſſen, zu Andrang

Digitized by Google

des Blutes nach dem Kopfe, zum Blutſpeien, zu heftigen Hämorrhoidalflüſſen geneigt ſind, und überhaupt bei Allen, welche vollblütig ſind, erfordert beſonders die innere Anwendung dieſer Wäſſer große Vorſicht. Viele ſolcher Perſonen können den innern ſowohl als äußern Gebrauch dieſer Wäſſer gar nicht vertragen. Aeußerlich gebraucht, beſonders als Dampfbäder ſind ſie äußerſt durchdringend und wirken ſehr kräftig auf die Thätigkeit des Nerven- und Saugaderſyſtems. Ihre Anwendung iſt vortheilhaft bei Fehlern von Abſtumpfung und Trägheit des Nervenſyſtems; daher haben ſie oft bei ihrer innern und äußern Anwendung, die hartnäckigſten Lähmungen der Glieder geheilt. Alte, welche der Abſtumpfung ihres Nervenſyſtems wegen, öfters ſchwindelnd umhertaumelten, ohne Beſinnung umfielen und öfters Gefahr liefen durch einen Schlagfluß ſchnell zu enden, hat der Gebrauch dieſer Mineralwäſſer häufig wieder verjüngt. Viele durch Gicht, Rheumatismen, alte Geſchwüre, durch alle Arten von Gliederkrankheiten verkrüpelte Perſonen, ſeit langen Jahren durch immer wiederkehrende Krätze, und andere langwierige Hautausſchläge gepeinigte Menſchen, kehrten glücklich geheilt aus dieſen Bädern zurück.

Digitized by Google

Auffallend heilſam iſt der Gebrauch dieſer Wäſſer nach den traurigen Folgen einer unvernünftigen, oder wegen vernachläſſigter veneriſcher Uebel langwierigen Mercurialkur. Nicht minder gegen Bleivergiftung; Perſonen, welche ihres Gewerbes wegen mit dieſem Metall umgegangen, häufig deſſen Dunſt oder Staub eingeſogen haben, und nun an den traurigen Folgen deſſelben, an Bleikoliken, Abmagerung und Zuſammenſchrumpfung ihres Körpers leiden, können nichts beſſeres thun als dieſe Mineralwäſſer zu brauchen. Auch gegen Krankheiten der Urinwege, gegen Nieren- und Blaſenſteine, ſind dieſe Wäſſer öfters mit großem Vortheil gebraucht worden.

Der Dunſt dieſer Schwefelwäſſer iſt beim Einhauchen den an Lungenſchwindſucht leidenden Perſonen ſehr heilſam, und mit gehöriger Vorſicht angewendet, auch der Gebrauch des Waſſers, ſowohl innerlich als äußerlich.

Die Dampf- oder Qualmbäder von ſolchen Schwefelwäſſern ſind vorzüglich wirkſam bei Gliedſchwamm, bei Steifigkeit der Gelenke, bei Gichtknoten und Lähmungen der Glieder; ſie haben öfters bei den hartnäckigſten Uebeln dieſer Art Hülfe geleiſtet.

Digitized by Google

Man kann dieſe Schwefelwäſſer auch nachmachen, um ſie zu Hauſe, ſowohl zum Baden als auch zum innerlichen Gebrauch anzuwenden. Zum Bade kann man nach Maßgabe des mehreren oder wenigeren Waſſers, was man zum Bade nimmt, mehrere Lothe erdiger Schwefelleber, mit kochendem Waſſer aufbrühen, und dem Badewaſſer beimiſchen laſſen. Noch wirkſamer wird die Miſchung ſeyn, wenn man zugleich etwas verdünnte Schwefelſäure hinzumiſcht. Zum innern Gebrauch kann man eine reichliche Meſſerſpitze dieſer erdigen Schwefelleber mit einigen Taſſen kochenden Waſſers aufbrühen laſſen.

Unter den vorzüglichſten Schwefelwäſſern verdient den erſten Platz das

Achener Waſſer; zu Achen im Herzogthum Jülich. Die Achener Quellen ſind die ſtärkſten Schwefelquellen, die wir haben. Ganz Achen iſt mit Schwefeldünſten umgeben, aber es machen dieſe den Ort nicht ungeſund, vielmehr befinden ſich lungenſüchtige Perſonen daſelbſt recht wohl. Man zählt ſechs Quellen in Achen, von denen alle eine beträchtliche Wärme haben, die ſtärkſte und wärmſte aber von allen iſt die Kaiſerquelle. In den Quellen, und ſo lange das Waſſer noch friſch

und warm iſt, bleibt es friſch und helle; wenn es kalt geworden, trübt es ſich. Der Geſchmack dieſes Waſſers iſt wie von faulen Eiern, ſalzig, laugenhaft und bitterlich. Man trinkt von 2, 3 bis höchſtens 8 kleinen Gläſern.

Baden; in der Nähe von Wien. Warme mit vielem Schwefel und Schwefelleberluft verſehene Bäder, von einem beſtändig milchichen Anſehen. Der Geſchmack iſt ſäuerlich ſalzig und angenehm bitter. Man gebraucht das Waſſer zum Trinken und Baden. Auch ſind Dampfbäder daſelbſt, die mit dem größten Vortheil gegen die oben erwähnten örtlichen Uebel gebraucht werden.

Urmendorf, in der Grafſchaft Schaumburg, zeichnet ſich durch ſeine vorzüglich ſchöne Gegend, und die trefflichen Anſtalten für Badegäſte aus. Es ſind zwei Hauptquellen da, wovon die eine zum Baden, die andere zum Trinken gebraucht wird. Das Waſſer iſt kalt, hat bald ein milchiges, bläuliches, grünliches bald ſchwärzliches Anſehen, bisweilen iſt es auch ganz klar; es richtet ſich hierinnen nach der Beſchaffenheit der Witterung. Es hat einen ſtarken Geruch nach faulen Eiern, und einen durchdringenden ſchweflichen dabei bitterlich ſalzigen Geſchmack.

Digitized by Google

Meyenberg, in der Grafſchaft Lippe. Das Waſſer iſt klar und durchſichtig, wenn es geſchöpft wird; läßt man es aber ſtehen, ſo wird es milchfarbig, und läßt einen wahren Schwefel fallen. Es ſchwebt beſtändig ein Dampf um das Waſſer wie ein Nebel, der einen unausſtehlichen Geruch von ſich giebt. Unerachtet das Waſſer kalt iſt, ſo fühlt man doch nahe bei dem Brunnen eine außerordentliche Wärme um die Beine, die herauf bis zum Leib geht, und Schweiße in dieſen Theilen erregt.

Wenn man das Waſſer trinkt, ſo empfindet man einen kitzelnden geiſtigen Geruch in der Naſe und einen durchdringend ſäuerlichen pikanten Geſchmack.

Außer den Wirkungen der anderen Schwefelwäſſer hat es noch den Vorzug, daß es wegen ſeinem Stahlgehalt zugleich ſtärkend iſt, und ſagt daher bei Schwäche der Verdauungswerkzeuge beſſer zu als andere Schwefelwäſſer. Hypochondriſchen und hyſteriſchen Perſonen bekommt es daher ſehr gut.

Zum Baden wird es wie alle andere Schwefelwäſſer mit Nutzen gebraucht. Bei alten Geſchwüren und offenen Schäden iſt es noch heilſamer, als die vorher genannten Schwefelbäder.

Digitized by Google

Sechstes Kapitel.

Stärkende Mineralwäſſer.

Es gehöret hierher die ganze beträchtliche Anzahl der eiſenhaltigen, oder Stahlwäſſer. Sie leiſten ſowohl durch ihre Anwendung als Bäder, als auch durch ihren innern Gebrauch, die treffliche Wirkung, den feſten Theilen ihre verlorene Kraft und Stärke wieder zu geben, machen ſie dadurch zu den ihnen für die Erhaltung des Organismus angewieſenen Geſchäften wieder tauglicher, und vermindern die bei ihrer Schwäche ihnen eigen gewordene zu große Empfindlichkeit und Reizbarkeit. Die wegen Schwäche zu Verſchleimung, Anhäufung von Säure, zu Sodbrennen, Krämpfen und allerlei ſchmerzhaften Empfindungen, zu Erbrechen ohne augenſcheinliche Veranlaſſung oder unbedeutende Urſachen, geneigte Verdauungswerkzeuge erlangen durch ſie ihre Stärke wieder. Die Verſtopfungen, von Schwäche des Darmkanals bei Hypochondriſten, die große Empfindlichkeit derſelben, ihre bange ängſtliche Stimmung, ihr trauriger ſchlafloſer Zuſtand, die mannichfaltigen ſie täuſchenden und den

Glauben an allerlei furchtbare Krankheiten ihres Körpers erregenden Gefühle, hebt oder verbeſſert wenigſtens nichts ſo zuverläſſig, als der Gebrauch dieſer Bäder und Brunnen. Wie manches bleichſüchtige Mädchen, wie manches Weib, welche bei Unordnungen in ihrer Monatsreinigung immer kränker und kränker werdend einer traurigen Zukunft entgegen ſah, welche bei einem, hartnäckig allen Mitteln trotzenden weißen Fluß zuſehends abmagerte, kehrten glücklich geheilt aus dieſen Bädern zurück! Schon ſo mancher Wüſtling und Wollüſtling, der frech ſeine Kräfte elenden Leidenſchaften hinopferte, kaum zu den unbedeutendſten Geſchäften noch brauchbar, kraftlos umher ſchlich, erlangte durch den Gebrauch dieſer Mineralwäſſer einen Theil ſeiner verſchwendeten Kräfte wieder.

Allerdings hat bei dieſen herrlichen Wirkungen dieſer Wäſſer der Stahlgehalt das größte Verdienſt. Die dem Stahl eigene Wirkung wird aber in ihnen durch ihre andern Beſtandtheile auf eine mannichfaltige Art unterſtützt. Zu den in dieſer Hinſicht vorzüglich ſchätzbaren Beſtandtheilen gehört unſtreitig der Brunnengeiſt, ein flüchtig reizendes, krampfſtillendes und die Wirkung der Eiſenmittel in allem Betracht trefflich unterſtützendes Mittel. Nicht minder vortheilhaft in vieler Hin-

Digitized by Google

ſicht ſind die mit den Stahlwäſſern verbundenen auflöſenden Salze; ſie unterſtützen beſonders die Wirkung des Stahls auf die Verdauungswerkzeuge, indem ſie den bei Schwäche derſelben ſich faſt allezeit anhäufenden Schleim auflöſen und zum Ausleeren geſchickter machen.

Die Stahlwäſſer ſind in ihrer Miſchung beſonders in der Hinſicht zu unterſcheiden, daß einige derſelben weniger Eiſentheile und andere feſte Beſtandtheile enthalten. Es verbinden dieſelben mit einem geringern Stahlgehalte etwas auflöſende Salze und eine anſehnliche Menge von Brunnengeiſt; andere haben eine größere Menge Eiſen und andere feſte Beſtandtheile bei ſich. Die letztern, welche die ſtarken Stahlwäſſer genannt zu werden verdienen, haben den Vorzug in Hinſicht auf ihre ſchnellere und ſtärkere Wirkung; nur erfordern ſie eine nicht zu ſchwächliche Körperbeſchaffenheit, um vertragen zu werden, beſonders etwas ſtärkere Verdauungswerkzeuge.

Die erſtern, die ſchwächern, gelindern Stahlwäſſer, verdienen beſonders empfohlen zu werden, um ſehr ſchwächlichen, reizbaren Perſonen, mit ſehr empfindlichen, zu Krämpfen geneigten Mägen, den Weg zum Gebrauche ſtärkerer Stahlwäſſer zu bahnen.

Digitized by Google

Vollblütige, zum Blutſpeien beſonders geneigte Perſonen dürfen von dieſen Wäſſern keinen Gebrauch machen. Man hat häufig bemerkt, daß ſehr reizbare, ſchwächliche Perſonen, welche den innern Gebrauch der Stahlwäſſer erſt nicht vertragen konnten, die ſtärkſten Stahlwäſſer vertrugen, nachdem ſie einige Zeit die Stahlbäder bloß allein, bei einer übrigens zweckmäßigen Diät, gebraucht hatten.

1. Leichte Stahlwäſſer.

Fachingen, an der Lahne in der Nähe von Diez. Ob ſchon dieſes Waſſer keinen unbeträchtlichen Gehalt an Stahl und anderen feſten Beſtandtheilen hat, ſo gehört es doch zu den angenehmſten und am leichteſten zu vertragenden Stahlwäſſern. Es iſt ein ſehr erfriſchendes kühlendes Getränke, das man auch ſogar bei der Mahlzeit ohne Beſchwerden trinken kann, wenn man nicht ſehr Urſache hat, ſich über die Schwäche ſeines Magens zu beklagen. Mit Wein, vorzüglich aber mit Rheinweine getrunken, bewirkt es die ſchnellſte und vorzüglichſte Stärkung. Außer bei oben angeführten Uebeln von Schwäche, hat es ſich noch beſonders wirkſam gezeigt in verſchiedenen Arten von rheumatiſchen und katarrhaliſchen Uebeln;

daher

Digitized by Google

daher rührenden langwierigen Kopfſchmerzen, Halsübeln und Schmerzen in andern Gliedern; bei langwierigem Stockſchnupfen, bei ſchleimiger Engbrüſtigkeit und Schleimhuſten, auch im Anfange der ſchleimigen Lungenſucht. Auch bei Hämorrhoidalbeſchwerden hat es ſich ſehr wirkſam gezeigt.

Es iſt keine Einrichtung hier, Badegäſte aufzunehmen, ſondern das Waſſer wird blos verſchickt. Dieſes Waſſer hält ſich ſehr gut und wird weit verfahren; man hat es nicht nur nach Rußland, ſondern auch nach Oſtindien geſchickt.

Schwalbach, in der Niedergrafſchaft Katzenellenbogen, zu Heſſen-Rheinfels gehörig, 3 Meilen von Mainz. Es enthält dieſes Waſſer wenig feſte Beſtandtheile, aber eine beträchtliche Menge Brunnengeiſt. Es iſt daher ein ſehr leichtes angenehmes Mineralwaſſer. Innerlich gebraucht, kömmt es in ſeiner Wirkung mit dem Fachinger Waſſer überein, nur iſt es nicht ganz ſo wirkſam. Seine äußerliche Anwendung iſt bei den oben angeführten Uebeln von Schwäche zu empfehlen.

Eger in Böhmen. Es geben die daſelbſt vorhandenen Quellen ein angenehmes, gutes, leichtes Stahlwaſſer. Nur Schade, daß die Anſtalten daſelbſt ſo ſchlecht ſind; man trifft

Digitized by Google

daher ſehr wenig Badegäſte daſelbſt. Auch bei Verwahrung deſſelben zur Verſendung wird nicht die gehörige Vorſicht gebraucht, daher es meiſtens kraftlos an Ort und Stelle kömmt. Es iſt eines von den Stahlwäſſern, welche bei ihrer ſtärkenden Wirkung zugleich vorzüglich auflöſend ſind, und wird daher beſonders bei Verſchleimungen empfohlen. Es iſt auch gegen den Bandwurm mit Nutzen angewendet worden.

Kiſſingen in Franken. Ein ſehr angenehmes, erfriſchendes und auflöſendes Stahlwaſſer, das in ſeiner Wirkung ganz mit dem Fachinger übereinkömmt.

Hofgeismar im Heſſiſchen. Ein den vorigen ziemlich gleichkommendes, doch weniger wirkſames Stahlwaſſer. Zum Bade wird es beſonders bei langwierigen Geſchwüren und gichtiſchen Zufällen empfohlen.

Rehburg, in dem zum Herzogthum Calenberg gehörenden Amte Rehburg, 4 Meilen von Hannover, in einer ſehr angenehmen Gegend. Es iſt Schade, daß das übrigens wirkſame Waſſer, durch einen 900 Fuß langen Stollen, an den Ort ſeiner Beſtimmung geleitet werden muß, wodurch es einen großen Theil ſeines Eiſengehaltes, und faſt allen ſeinen Brunnen-

Digitized by Google

geiſt verliert. Es gehört zu den gelinde wirkenden Stahlwäſſern, und kann ſehr gut bei ſchwächlichen Kranken als Vorbereitungsmittel zu dem Gebrauche der ſtärkeren Mineralwäſſer angewendet werden.

Die Einrichtungen für die Kurgäſte ſind hier ſehr gut. Auch fehlt es nicht an Vergnügungen, und man lobt ſehr den daſelbſt herrſchenden geſelligen Ton.

Godesberg, in der Nähe von Bonn. Ein angenehmes leichtes Stahlwaſſer, das viel Brunnengeiſt enthält, und daher einen prickelnden ſäuerlichen Geſchmack, wie Champagner, hat. Es hat im Geſchmack und auch in ſeiner Wirkung faſt alles mit dem Eger Sauerbrunnen gemein.

Cleve am Rhein, unweit Emmerich und Nimwegen. Ein nicht ſehr wirkſames Stahlwaſſer, wegen ſeinem geringen Gehalt an feſten Theilen ſowohl als an Brunnengeiſte. Der Geſundbrunnen liegt in dem trefflich angelegten Thiergarten unweit Cleve; überhaupt iſt die ganze umliegende Gegend eine der ſchönſten, die man finden kann. Die Anzahl der Kurgäſte iſt nicht beträchtlich; es wird größtentheils von den benachbarten Holländern beſucht.

Digitized by Google

2. Starke Stahlwäſſer.

Pyrmont, im Waldeckiſchen, in einer ſehr anmuthigen Gegend. Die vorzüglichſten Mineralquellen ſind: der Trinkbrunnen, der Badebrunnen, der Säuerling, der Urbrunnen, der Augenbrunnen und die Salzquelle.

Der Trinkbrunnen enthält das vorzüglichſte und ſtärkſte eiſenhaltige Mineralwaſſer, was wir haben. Für ſchwächliche Perſonen iſt es oft zu ſtark, um gleich anfangs vertragen zu werden; dieſe müſſen daher erſt ein leichteres Stahlwaſſer brauchen. Das Waſſer iſt vollkommen klar und helle, im Glaſe ſetzen ſich rund herum Perlen an. Der Geſchmack iſt etwas ſcharf, weinſäuerlich, erquickend und angenehm, hinterher dintenhaft. Man verordnet es beſonders gegen Stockungen in den Eingeweiden des Unterleibes, Schwäche des Magens und der Gedärme, bei Neigung zu Diarrhöen, Blähungen, Schwindel, Aengſtlichkeit; bei kränklicher Empfindlichkeit und Reizbarkeit, daher bei Hypochondrie, Hyſterie, Neigung zu Bauchgrimmen; bei Magenſchwäche und Magenkrämpfen ganz vorzüglich. Auch iſt es ſehr zu empfehlen gegen den weißen Fluß und die Feh-

Digitized by Google

ſer der monatlichen Reinigung, bei Bleichſüchtigen und ſchwächlichen Frauenzimmern, gegen den Nachtripper und häufigen Samenverluſt ſchwächlicher Männer.

Der Säuerling gehört zu den leichteſten und angenehmſten Mineralwäſſern, die wir haben. Sein Stahlgehalt iſt ganz unbedeutend; es wird daher gemeiniglich nur als ein erquickendes, kühlendes Getränk bei den Brunnenkuren gebraucht.

Auch der Urubrunnen iſt ein ſehr leichtes, mehr auflöſendes Stahlwaſſer, von angenehmen Geſchmack, beſonders mit Wein. Da er auflöſende und gelinde abführende Kräfte beſitzt, ſo kann er ſehr gut als Vorbereitungsmittel zu der eigentlichen Kur vom Trinkbrunnen dienen, wenn dieſer wegen Schleimanhäufung und andern Urſachen, nicht gleich anfangs vertragen wird.

Der Salzbrunnen gehört gar nicht unter die ſtärkenden Wäſſer; er enthält gar kein Eiſen, und beſitzt blos gelinde abführende und auflöſende Kräfte.

Der Badebrunnen enthält ſehr viele feſte Beſtandtheile, und hat auch einen ſehr beträchtlichen Stahlgehalt. Das Waſ-

Digitized by Google

ſer iſt etwas trübe, und wird bei den genannten Uebeln neben der Trinkkur blos zum Baden gebraucht.

Der Augenbrunnen wird, neben der gewöhnlichen Bade- und Trinkkur, gegen Fehler der Augen von Schwäche gebraucht.

Man trinkt von dem Pyrmonterbrunnen des Morgens gewöhnlich zwiſchen fünf und neun Gläſer, von denen eins etwa ein halbes Nöſel hält. Am beſten iſt es, das Waſſer in dem Maße zu trinken, daß es nicht blos auf den Urin, ſondern auch einigemal auf den Stuhl wirke.

Lauchſtädt, im Stifte Merſeburg; ein an Eiſentheilen ziemlich reichhaltiges Mineralwaſſer. Es iſt vollkommen klar und helle; beim Eingießen in das Glas perlt es ſtark; der Geſchmack iſt etwas ſäuerlich und eiſenhaft. Es hat weniger auflöſende Kräfte, wie das Pyrmonter Waſſer, iſt aber ſehr ſtärkend; daher wird es beſonders mit Nutzen bei eben erwähnten Uebeln von Schwäche und Erſchlaffung der feſten Theile angewendet. Beſonders leiſtet es in dieſen Krankheiten, als Bad angewendet, treffliche Dienſte. Es iſt auch daſelbſt ein Tropfbad eingerichtet.

Digitized by Google

Driburg, im Hochſtift Paderborn, 4 Meilen von Pyrmont; ein ſehr angenehmes, kräftiges Mineralwaſſer, das dem Pyrmonter an ſtärkenden Kräften nicht viel nachgiebt, ob es ſchon leichter vertragen wird, und noch mehr auflöſende Kräfte beſitzt. Dieſes giebt ihm den Vorzug in Verſtopfungen der Eingeweide des Unterleibes und in den darin hauptſächlich ihren Grund ſuchenden Arten der Hypochondrie und Hyſterie. Wegen ſeiner ſtärkenden Kräfte iſt es nicht minder in den andern Krankheiten von Schwäche zu empfehlen. Die Einrichtungen für Badegäſte ſind hier ſehr gut, und man findet hier immer ſehr angenehme Geſellſchaft.

Brückenau, im Fuldaiſchen, 3 Meilen von Fulda. Es ſind hier drei Mineralquellen, die Brückenauer, Wernarzer und Sinnberger. Die Brückenauer iſt die ſtärkſte an Brunnengeiſt und Eiſengehalt; das Wernarzer Waſſer iſt leichter, aber vorzüglich angenehm im Geſchmack.

Wenn das Waſſer aus der Brückenauer Quelle recht friſch und ſchnell hintereinander getrunken wird, ſo macht es eine flüchtige Berauſchung. In guten Krügen wohl

verwahrt hält es ſich lange und läßt ſich weit verfahren. Das Brückenauer Waſſer iſt ein leicht zu vertragendes, angenehmes, ſehr ſtärkendes Heilmittel. Es wurden durch ſelbiges oft die hartnäckigſten oben genannten Krankheiten aus Schwäche gehoben. Beſonders hat es ſich vor mehrern andern Stahlwäſſern bei entnervten Mannsperſonen heilſam gezeigt, welche den Ausſchweifungen in der Geſchlechtsliebe, beſonders der Selbſtbefleckung, ihre Schwäche zu verdanken hatten. Frauenzimmern mit ſehr reizbaren, empfindlichen Nervenſyſtemen, bekömmt beſonders das Bad von dieſen Stahlwäſſern ſehr gut. Das Wernarzer Waſſer gehört unter die leichten Stahlwäſſer, und iſt trefflich, um auf den Gebrauch ſtärkerer Stahlwäſſer vorzubereiten. Das Sinnberger Waſſer hat noch weniger feſte Beſtandtheile, und iſt noch leichter als das Wernarzer.

Spaa, im Bißthum Lüttich. Die daſelbſt befindlichen Quellen liefern eines unſrer vorzüglichſten Mineralwäſſer; doch liefert der Pouhonter Brunnen das ſtärkſte und wirkſamſte. Das Waſſer hat einen eiſenhaften, aber angenehmen, erfriſchenden, geiſtigen Geſchmack. Neben ſeiner

Digitized by Google

vorzüglichen Wirkung in allgemeiner Schwäche und Erſchlaffung des Körpers, hat es auch auflöſende Kräfte und äuſſert beſonders treffliche Wirkung gegen Säure im Magen und Sodbrennen. Außer in den ſchon angeführten Uebeln, wo auch die andern Stahlwäſſer empfohlen ſind, wird es auch wegen ſeiner auflöſenden und urintreibenden Kräfte, bei Steinbeſchwerden und Gries in den Urinwegen, vorzüglich aber bei Anlage zu Nierenſteinen, mit Vortheil angewendet. Die Einrichtungen für Kurgäſte ſind ſehr gut, beſonders iſt für ſehr zweckmäßige Vergnügungen geſorgt.

Wildungen, im Waldeckiſchen. Die hier befindlichen Mineralquellen geben ein mit dem Spaawaſſer ſehr nahe übereinkommendes Mineralwaſſer, welches jedoch wegen dem geringen Gehalte ſeiner feſten Beſtandtheile ihm in der Stärke ſeiner Wirkung nicht ganz gleich zu ſchätzen iſt. Es wird indeſſen in eben der Abſicht, wie das Spaawaſſer, mit Nutzen angewendet.

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google